Др

Юрій Липа



Ліки під ногами

ЮРІЙ ЛИПА
ДОКТОР МЕДИЦИНИ

ЛІКИ ПІД НОГАМИ!

ПРО ЛІКУВАННЯ РОСЛИНАМИ

УКРАЇНСЬКЕ ВИДАВНИЦТВО
КРАКІВ 1943 ЛЬВІВ

Окладинка
Мирона Левицького

Gen. Akt. Z. K. 8202/22. 9. 42 — 277 — 18 6 — Sk Hu.
ZKW Druckereibetrieb II — Lemberg, Grünestrasse 20

ПЕРША ЧАСТИНА

ВСТУПНІ УВАГИ

ЛІКИ ПІД НОГАМИ

Це було в 1919 році. Невеличка українська армія, оточена в Кам'янці на Поділлі з усіх боків більшовиками і поляками, не мала нізвідки помочі. День і ніч відбивалися від ворога частини Директорії, обороняючи свою тимчасову столицю. Надія була, що окремі повстання по цілій Україні сполучаться в одно загальне, і тоді вдасться наново здобути обидві столиці України. Треба було б тільки видержати.

Не вистачало харчів, обмаль було амуніції, але з тим ще так-сяк давали раду українські бійці. Найгірше було з ліками. Не було чим лікувати хворих і ранених. Не було чим гальмувати кровотечі, обнижувати гарячку, гоїти запалені кишки і рани.

Військові й цивільні шпиталі були переповнені, але перемучені лікарі, сестри й фельдшери не могли хворим багато помогти. Хіба, що вдалося трохи забрати медикаментів від ворога, або контрабандою щось прийшло з Заходу. Але цього було мало, незначна кількість ліків не заважувала багато серед загальної біди.

Люди вмирали і недалеко від фронту, і в самому Кам'янці від недостачі найпотрібнішого, — хіни, саліцилю, танніни.

А на це не було ради. Батько мій, тоді лікар Воєнного Міністерства, приходив сумний і мовчазний. Дуже часто доводилося тільки безрадно дивитися, як гинуть від пошестей і хвороб найкращі люди.

Україна була тоді бльокована з усіх боків — і з заходу, і з сходу, — треба було б самим шукати виходу. Та не вдалося, і багато жертв упало через недостачу ліків.

Чи можна було б лихові запобігти? — нераз питався я себе, дивлячись на те, що діялося серед моїх товаришів, студентів і військових. Може є щось таке, що б замінило

хіну з далекої Остіндії, або заморські тинктури, або фабричні витвори Заходу? Нехай би замінило хоч частинно, але все ж і це багато б значило.

Після кам'янецької доби немало минуло часу, але все ж пам'ять моя не могла викреслити тих тяжких хвилин, коли лікарі нічим не могли помогти хворим.

По Кам'янці пішов я на медицину.

В тому західно-польському університеті, де я був, викладали науку на звичайний копил: дбали про вишкіл з метою докладного пізнавання хвороби; щождо лікування, то воно вважалося ділом легким. Про всі можливості хвороби вже заздалегідь подбала хемічна фабрика, і лікар, записуючи готові мішанки (специфіки) чи легкі до зроблення, був властиво тільки посередником між фабрикою і пацієнтом. Це звалося навчанням лікування.

Саме тоді жив я в одного залізничника і він, коли слабував на свою кишкову хворобу, купував якесь зілля, парив, як чай, і так лікувався. Я дивився на те згори, з підсміхом.

Вийшовши з університету, я вже в перших роках практики спостеріг із сумом, що хвороби не так слухаються фабричних добрих ліків, як мені здавалося в університеті. В шпиталі, де я працював, і в славних лікарів, що їх рецепти я оглядав, були свої правильні ступенювання в даванні ліків. Коли така серія ліків не помогала, тоді лікар умивав руки і старався, щоб хворий якось зник з його очей.

Особливо дивна пригода трапилася мені з одним приятелем. Він захворів на кишки, і то на таку хворобу, що швидко сох і став боязкий; йому здавалося, що він — близький смерти. Ми ходили по всяких лікарських славах. Перед тим я говорив йому, що приблизно лікар йому скаже і що запише з ліків. Так і ставалося. Через те вгадування приятель мені дуже довірився. З другого боку, хвороба не вгасала, — не помагали ані танніни, ані перпарини. Хворий почав просити, щоб я його вирятував.

Отоді згадав я про зілля, що пив мій господар, залізничник. На базарі пізнав я цю рослину і приніс її хворому. Той почав пити зілля, і скоро видужав.

Почав я шукати того, хто добре розуміється на лікувальних рослинах. Доля помогла мені. Якраз коло мене жив старий фармацевт, що об'їздив і Туркестан, і Надволжя, і Україну, і свою Польщу. Був він оцінником при великій гуртовій коморі рослинних лікувальних сирівців. Цей фармацевт написав також не одно про цілющі зела. Зустрічалися ми часто.

Одного разу розповів він про те, що йому трапилося. Це було в 1920 році, коли він іще з двома товаришами втікав через білоруські ліси. Там один з них зранився в ногу, а що глибоко та ще й кров не швидко стиналася, — була халепа з кровотечею. Не було нічого під рукою. Тоді фармацевт-зелознавець нарвав калиточника в лісі, витиснув сік через полотно, дав напитися раненому, і кровотеча спинилася.

— Ви мали ліки — під ногами!

— Ми всі топчемо ліки ногами, — сказав зелознавець, — а шкода, що часто навіть про це не знаємо. Не знають цього, на жаль, і хворі, і лікарі.

ПОГЛЯД НА ЛІКУВАННЯ РОСЛИНАМИ

Тоді власне почав я робити спроби, котрі зела можна було б давати хворим замість фабричних ліків або заморських рослин.

Як лікар для бездомних у великому місті, мав я район на яких 8—12 тисяч бездомних, що жили в міських бараках. На них, головним чином, і робив я спроби, купуючи зела через свого фармацевта-зелознавця.

Уже після 10—15 тисяч спроб можна було знайти з кільканадцять незлих зелолікувальних метод. Спеціяльно добрі були рослинні ліки в хронічних хворобах.

Дуже добре впливали зела на вилікування з артретизму. Нераз бачив я, перебуваючи в українських горах, покорченого артретизмом гуцула на тлі розкішних кущів лабазника[1], що може вилікував би його з цього артретизму. Дійсно — мав »ліки під ногами«!

Однак не тільки для немічних хронічнохворих були добрі цілющі зела. Свого часу їх потребувало й військо. Власне, пригадав я свої роздумування з Кам'янця в 1919 р., читаючи відповідну лікарську літературу. Спеціяльно французькі лікарі з минулого століття багато працювали над тим, щоб рідними рослинами заступити заморські сирівці. Їхня література про протигарячкові рослинні ліки найбільша з усіх народів Европи.

Взагалі ж, коли подавав я спис лікарських зелознавчих праць при своїм підручнику (»Фітотерапія«, 1933), то на 200 з чимсь таких праць — 90% були написані французами.

Спонукує їх до тієї праці і любов до рідного краю, і бажання не платити багато грошей за чужоземні рослини, що

---

[1] Spirea ulmaria, лабазник; від цієї рослини, що має в собі рослинний саліциль, пішла назва аспірини.

й дорогі, і нераз фальшовані. Вплинув, мабуть, і досвід бльокади французької Европи Англією за часів Наполеона.

Ми, українці, маємо також свої традиції в лікуванні. Висловив їх найповніше в своїй докторській праці з р. 1888 (писаній по-німецьки) лікар Василь Демич, що студіював у Юрієві (Дорпаті), а походив з Чернігова.

Основною думкою Демича є те, що »народна медицина заслуговує на більшу увагу лікарів«, бо »має в собі багато корисних ліків, особливо гірких, пахучих і палючих, нераз навіть отрутних рослин«.

Демич думає, що »медицина, пересаджена ще в 16-м ст. з Західної Европи на російський ґрунт, не могла й не може мати жадного національного ґрунту, — вона служить тільки великості й багатству Росії і мало дбає про простий нарід«.

Цій бюрократичній медицині Василь Демич протиставить т. зв. народну медицину, яка є далеко старша; її початок лежить, правдоподібно, в пітьмі передісторичного життя.

Це лікування виросло з місцевої фльори, фавни і релігії, »коротко кажучи«, — пише Демич, — »це результат матеріяльного і духового життя русинів і воно носить у собі характер народу«.

Ця медицина має добрі прикмети, — »народні ліки — дуже дешеві і всім доступні: уживання їх — дуже зрозуміле і більшість беззастережено вірить у їх вплив. Тут не знайдемо ми жадних аптек із їх колосальними цінами, жадних зачумлених шпиталів і т. д. Таке народне лікарство дає цінний матеріял і для наукової медицини, бо воно повстало впродовж багатьох століть завдяки розумові багатьох міліонів людей. Воно лише спочиває тепер під грубою корою забобонів маси. Я розрізняю«, — каже Демич, — »в народній медицині позитивні і неґативні (шкідливі, нерозумні) сторони, при чому останні нераз переважають... Лікарі мусять зближуватися, розуміти, не бути »бюрократами«. В цей спосіб удасться, може, лікарям ближче підійти до народу і одночасно здобути його довір'я«.

У своїй праці подає Демич опис лише 57 зел, але зате багато пригадує прізвищ своїх попередників, головно з українських земель, як Горницький, Вержбицький, Чоловський або й С. Парпура, знаний і Т. Шевченкові. Всі вони видавали свої підручники зелолікування в другій і третій четвертині минулого століття.

Тимчасом лікування рослинами почалося за кілька тисячоліть перед ними.

ДАВНЄ РОСЛИННЕ ЛІКУВАННЯ

Відкривання лікувальних рослин ішло одночасно з шуканням їх харчових прикмет. Чималу, мабуть, тут відіграв ролю й природний інстинкт знаходження потрібних у хворобі трав. Цей інстинкт і досі мають звірята, навіть домашні, як кіт і пес.

Винаходи лікувальної вартости рослин зроблено переважно в часах ще передісторичних. Потім традиції лікування передавалися з покоління в покоління. За обліком учених усіх лікувальних і лікувально-харчових рослин на світі є понад 13—14 тисяч. З того на наші землі припадає лише кількасот.

В стародавні часи в Европі найбільшим осередком зелолікування був острів Крит і зв'язана з ним егейська культура, що цвіла в 13-м ст. перед Христом. Старогрецька культура виросла з цієї егейської культури і тому перші грецькі підручники лікування, як напр. Гіппократа, Діоскорида, мають уже стару вироблену традицію. Римляни перейняли лікування від греків, а в їхніх підручниках на 700 ліків — 600 були самі рослини.

Багато спричинилися до розширення рослинного лікування — араби, що з'явилися в Европі між 7-м і 13-м століттям, якраз, коли так багато значили наші чорноморські народи та східно-середземноморські. Араби, купці й мандрівці, їздили скрізь, були не тільки в нашій Київській державі, але й по Туркестані аж до Китаю, по Ірані аж до Індії, по цілій Північній Америці і по цілому, тоді ще дикому, Заході Европи разом із Скандинавією. Арабські лікарі були славні із свого мистецтва; в їхніх підручниках було до півтори тисячі ліків, з того 9/10 рослини.

Від греків і арабів европейська медицина не посунулася далеко. Кожний край тільки доповнював собі своїми місцевими ліками те, чого не було в греко-арабській лікарській традиції. Так повставали різні зільники, т. зв. гербарії, яких не бракувало і в козацькій та гетьманській Україні.

Головною підставою лікування була думка, що в рослинах є т. зв. »життьова сила« і ця сила витворює лікувальні складні рослини, корисні для живого людського тіла. Тому досліджування ліків пішло в бік виділення з лікувальних рослин тих вартісних складнів. Це вдалося вперше тільки на початку минулого століття. Тоді почали все частіше давати екстракти не з усієї рослини, а її складні — алькальоїди, ґлюкозиди і т. ін.

Та ось прийшов час, коли хеміки почали пробувати, чи не вдасться штучно витворити деякі рослинні складні. Так, шукаючи за витворенням штучної хініни (її досі так і не вда-

лося витворити штучно!), К н о р р у 1883 р. вперше дав новий лік — антипірину, лік, подібний до аспірини.

Тоді починається розцвіт витворювання штучних (синтетичних) ліків. Він цілком відповідає розцвітові великого капіталу в Европі. Тому, коли ми хочемо собі повно відтворити картину перемоги буржуазно-капіталістичної кляси, то з погляду лікування характеризує цей час — засилля фармацевтичних фабрик.

Винахід антипірини приніс винахідникові й фабриці — колосальні зиски. Після того нові штучні ліки, т. зв. »специфіки«, росли, як гриби після дощу. Уже в 1907 р. з'являється 700 нових специфіків, а щодалі, то більше. В роках перед 1939 р. — патентовано по к і л ь к а т и с я ч нових специфіків р і ч н о.

То було гульбище наживи, часто нічим не зв'язане з головним завданням лікування — помогти людині в стражданні, в хворобі, в біді. Ці всі патентовані специфіки були доступні тільки невеликій частині людей, — найзаможнішим. Бідота і середні кляся мали з того тільки найменш складні, недорогі хемікалії. Такий був наслідок — відкинення лікувальних рослин.

Німеччина стала осередком виробу хемікалій на цілий світ. Фабрики її закидували лікарів пробками і проспектами. Те саме було і в торговельно залежних від Німеччини країнах, як Польща, Чехія, Балкани. Однак, дивна річ — саме там, у Німеччині, лікування специфіками показало себе невистачальним. Ніде нема стільки знахарів-зелознавців, як у Німеччині. Побіч лікарів — вони мали величезний успіх, самі розводили для своєї практики цілі плянтації лікарських рослин. В інших країнах, залитих німецькими специфіками, було те саме. Так, напр., у Варшаві було перед 1939 р. $2\frac{1}{2}$—3 тисяч лікарів і не менш як дві тисячі тайних і явних »чудодійців«, що лікували переважно рослинами. Цікаво також, що з усіх мешканців Варшави найбільший прибутковий податок платив такий зелознавець, Войновський, отже і заробіток мав відповідно найбільший з усіх мешканців Варшави.

Французи не прийняли так легко нових хемічних ліків і французькі лікарі не відкинули старої рослинно-лікувальної традиції, як то зробили німецькі, польські і російські лікарі. Тому у Франції (поза великими містами) не розвинулося рослинне знахарювання. Там не треба було ворожбитів для того, щоб лікувати рослинами. Лікування рослинами там — у руках лікарів, як і давніше. Те саме осталося і в Англії.

Великою зміною в лікуванні повіяло від року 1913. Тоді саме відкрито, що це таке вітаміни, і доведено, що без них

повстає немало хвороб. Отже ще раз доведено, що в рослинах, головнім місці перебування вітамінів і провітамінів, таки є джерело життьової сили. Тієї сили фабричні специфіки не можуть заступити. Одночасно відкрито й інші можливості лікування, зв'язані з звіринним світом та людськими соками.

Деякий поворот до рослинного лікування став можливий. Багато помогла в цьому і т. зв. Велика Війна 1914—1918 рр. Тоді побачили люди разом із своїми урядами, що в довгій війні треба напружити всі людські сили. А того напруження не буде без відповідного споживання рослин, і лікувальних, і харчосмакових. Наступив наглий поворот до рослин, такий знаний в історії підчас голоду й воєн.

Перша Росія в 1915 р. під проводом князя Ольденбурзького засновує велетенську організацію збору, переробки й плекання лікувальних рослин. Майже одночасно повстають подібні організації в Німеччині (Прусії), а далі в Італії, Британії, Франції. Всі ці організації повстали, щоб приспішити розвій рослинного промислу. Тому покищо прагнуть вони до устійнення рослинного сирівцю (стандартування). Установлено, як має виглядати та чи ця »ліксировина«, який має бути смак, запах, який процент домішок, який процент діяльного складня та як має бути паковане. По війні — це устійнено.

Але далеко було ще до нових підстав рослинного лікування.

НОВІ ПІДСТАВИ РОСЛИННОГО ЛІКУВАННЯ

Старі часи передали нам тільки певні традиції в лікуванні. Ці традиції бралися на віру і тепер лише приходить час для вияснення, — як діє та чи інша рослина і чому вона так діє?

Такі досліди тривають довго. Так досліди над рослиною »наперсник червоний« *(Digitalis purpurea)* розпочалися в 90-х роках минулого століття; існують спеціяльні наукові інститути для його досліджування, а ще й досі наука не сказала останнього слова щодо цієї рослини. Досі ж вийшло кількадесят праць про неї.

А мало є рослин в Европі, так добре досліджених, як наперсник. У нас, в самій Україні, треба б було дослідити хоч зо 100 лікувальних рослин, коли не всі 250 головних рослин, уживаних у народнім лікуванні. Тимчасом у цілій Европі в останніх двадцяти роках вийшло не більше як кількасот окремих праць, переважно невеликих і неповних. З того найбільше французьких і німецьких, а найменше совєтських.

Зате Японія за ці самі роки сама одна дала понад 3000 наукових рослиннознавчих праць про лікувальні рослини свого краю.

Чому так важко досліджувати рослини? Тому, що їх будова дуже складна: кожна рослина — це живий організм, що, як і людина, має свої нерви, судини, дихальця і серце. Жива рослина є інша, інша є сила засушеної, неживої рослини. Тому й сік рослини, як і кров звірини, інакший живий, а інакший засушений або сферментований.

Головне завдання сучасного лікування рослинами — це дати хворому якнайменш змінену живу рослину, чи то її сік. Сучасний хемік не старається розкладати рослину на її складні, а навпаки, зберегти її будову. Адже рослина сама будує із мало зложених підстав, як вода і вугляна кислина, — дуже складні молекулярні будівлі, наладовані енерґією. Отже витворює з енерґії слабого напруження — енерґію значно вищого напруження. А ця енерґія — ближча до енерґії людського тіла, як хемічні специфіки-синтези.

Пам'ятаймо також, що рослини витворюють в і т а м і н и, що без них людина не може ані жити, ані рости й розвиватися.

Вітаміни зросту »А« є в листках зел і в городині та фруктах, які забарвлені червоно або помаранчово, от як помідори, дерен (кізил), шипшина, глід, хурма, червоний перець.

Вітаміни проти нервових хвороб і протиневралгічні — »В«, »B_1« та фітини є в рослинних зернах та насінні, особливо в висівках.

Протискорбутові (протицингові) вітаміни »С« є майже в усіх свіжих фруктах та городині. Один із важних пунктів вивозу Угорщини — є вивіз овочів шипшини, з якої найлегше видобути цю вітаміну.

Пригадаймо також і про вітаміну »Е«, таку важну при безплідності або й скиданні плоду в жінки. Ця вітаміна є переважно в насінні, що кільчиться.

Як бачимо, рослини близькі своїм життям до самого процесу життя в людині.

Тому й людське тіло легше сприймає рослинні соки, бо вони ближчі до його природи, як чисті хемічні сполуки. Коли танніна або саліциль є в рослині, вони не дають побічних ущербків, як то буває з фабричним саліцилем чи танніною.

Отже з того виникає, що головна прикмета сучасного лікування рослинами є в тому, щоб стосувати всі складні рослини, і то по можливості в стані, зближеному до свіжої рослини. На

це існує спеціяльна техніка стабілізації (парою алькоголю під тисненням у спеціяльному автокляві).

А втім, докладніша стабілізація рослин, приготовлювання соків і відповідних мішанин, — це ще має перед собою велику будучину.

Новітнє рослинне лічництво народилося не відразу. Роздумування над вартістю ліків-специфіків привели спочатку видатніших хеміків-фармацевтів до смутного висліду.

Власне, такий хемік, велетень фармації, проф. Чірх (Tschirch) у своїй промові на з'їзді в 1909 р. так висловився про будучину рослинних ліків:

»Тепер можемо бути певні, що колись медицина вернеться ще охочіш, ніж нині, до рослинних сирівців. Власне тоді, коли ґрунтовно попсує собі шлунок на специфіках хемічної синтези та випробує всі органи звірячого тіла. Тоді вернеться медицина до найдавніших ліків людства, до рослин, що їх уживання спирається на досвід тисячоліть. Інша річ, що не буде на них дивитися так наївно, як за давнього Вавилону, за часів Ґалена або ще, навіть, у 15 ст.«.

Про причини відродження рослинного лікування говорить і друге світило фармації, француз, проф. П і к у 1923 р. Головна річ, — каже він, — що фармацевтична техніка тепер може стабілізувати рослину, а не так, як досі, лише її якийсь первень. Крім того, з'явилося й більше обсерваторів і дослідників, які не відносяться з погордою до рослин.

Як бачимо, серед самих хеміків-фармацевтів отверезіння й зацікавлення прийшло з цілком логічних, наукових роздумувань. Серед лікарів це приходило з більшими труднощами.

Для лікарів узагалі вже від часів війни 1914—1918 рр. настала доба перебудови цілого їхнього світогляду. Може найсильніша ідеологічно група европейських лікарів висунула т. зв. біологічний світогляд.

Досі, як твердять вони, були завжди два напрями в медицині і звідти повставали розбіжності і т. зв. кризи в медицині.

Один напрям був чисто матеріялістичний, він ішов тільки від реального факту до реального факту і в своїх твердженнях спирався тільки, властиво, на п о о д и н о к і факти.

Другий напрям, ідеалістичний, шукав завжди за доцільністю ц і л о г о лічництва, і творив т. зв. ідеологічні підстави (як, напр., »клітинна« чи »гуморальна« теорії і т. д.).

Біологічний світогляд приймає, однак, і другий напрям, стараючись їх сполучити в одну гармонійну цілість. Хвороба, кажуть лікарі-біологи, то тільки ущербкове, недовер-

шене життя *(vita laesa);* що ж є істотою життя, ми не знаємо, отже покиньмо суперечки про те, яку ідеологію дати медицині. Помагаймо!

Помагати треба, звідки б та поміч не прийшла. Жадного ліку, який хоч раз поміг хворому, лікар не сміє відкинути без попереднього чесного досліду.

Так само підставною думкою цього світогляду є думка ще батька медицини, Гіппократа, що лікування — це тільки доповнення до способу життя. Обов'язок лікаря — так покермувати життям пацієнта, щоб воно стало більш довершеним, а відійшло від недовершеного життя — хвороби.

Велику вагу прикладає цей світогляд до засадничого здоров'я родини, роду і цілого великого Роду, породи людини. А звідти через ці ступені — й цілого людства.

Цей світогляд надається якраз для молодих народів, які мусять боротися б і о л о г і ч н о за своє місце під сонцем. Для сили нашого Роду і його здоров'я — потрібні всі засоби.

Спеціяльно рослинне лічництво близьке українцям. З усіх народів південного сходу Европи — українці мають найглибші традиції рослинного лікування.

УКРАЇНСЬКІ ТРАДИЦІЇ

Харчосмакові рослини і цілющі рослини плекано від найдавніших часів разом. А втім, багато рослин є одночасно і лічничі, і харчосмакові, як м'ята, квасоля, часник. Деякі стали тепер тільки лічничі, як зілля »борщ«, — хоч колись воно було підставою борщу.

Тому, коли маємо якісь відомості про городні рослини на наших землях, то можемо бути певні, що вони були одночасно і харчосмакові, і лікувальні рослини.

Перші згадки про плекання рослин в Україні знаходимо ще в Геродота, отже дві тисячі п'ятсот літ тому. Городні рослини, як цибулю тощо, вирощували орачі-алазони на Правобережжі. Це плекання сягало ще далі, аж до часів колонізації наших земель передньоазійською, месопотамською расою перед 4—5 тисячами літ.

У великокнязівську добу знаходимо згадки про Лаврівські городи та городників, що садили квасолю, цибулю, часник та цілющі зела.

Городництво Великого Києва було дуже розвинене, бо знаходимо згадки про те, як в 11-м столітті переношено годівлю деяких рослин з двору Великого Князя на двори польських королів та німецьких князів.

З гетьманських традицій треба згадати одну з перших державних українських аптек, заложену в Лубнях, правдоподібно за гетьмана Івана Мазепи. Лубні осталися й досі зв'язані з традицією годівлі лікувальних рослин. Ще перед війною 1914—1918 рр. збереглися там гуртові комори, куди селяни привозили колись сушене зілля із своїх плянтацій. Під Лубнями збереглися й деякі старі назви місцевостей, як »Ботанічна Левада« і т. ін.

Під совєтською владою не загасли ці стародавні традиції Лубень. Коли Москва, бажаючи здобути якнайбільше закордонної валюти, почала експортувати м. ін. і »ліксировину«, то це їй не дуже вдалося розвинути. З погляду безсторонніх чужоземних глядачів-фахівців з »усіх совєтських здобутків у цій ділянці заслуговують на увагу тільки здобутки Лубенської Досвідної Станції лікувальних рослин в Україні, особливо в селекції перцевої м'яти і ляванди«.

На деяку увагу заслуговують праці, подібні до праць Лубенської станції, що їх перепроваджували фахівці на Харківщині та на берегах Чорного моря, головним чином в Одесі.

Та це все праці, які підготовляють (селекціонують і устійнюють) рослинну сировину. До опанування й стосування в лічництві рослин, як цілости, треба важкої праці цілих поколінь відданих дослідників.

Тут мусимо відділити працю вчених дослідників від праці звичайних збирачів, головно т. зв. народного лічництва та його популяризування.

Збирання народних лічничих традицій почалося в нас уже віддавна, різні писані зільники й гербарії були в нас дуже популярні ще за козацьких часів (знайдено сліди цього і в »Щоденнику Марковича«). Початком нової традиції треба вважати праці перших українських лікарів-універсантів з кінця 18-го ст., як, напр., деякі праці знаного лікаря Кавунника-Еллянського.

Від того часу маємо багато праць. Дослідники, як добрі робітники, зносили з цілої української землі — цеголки, скарби, народні рослинні ліки. На цих цеглинках можна буде збудувати велику будівлю українського лічництва.

Досліджено українське народне лічництво за окремими землями. Вистачить назвати для Полтавщини Августиновича (1853, Київ), П. Гавсевича (1912—13, Лубні), Н. Монтеверде (1916, Петроград), І. Павловського (1915, Полтава); для Київщини — Т. Вержбицького (1867, Київ), там теж вийшла капітальна праця, двотомовий ви-

слід систематизації лікаря й природника п. з. »Зільник і народні ліки« В. Горецького і Вілька (1885, Київ); на Чорноморських берегах обробляли матеріяли до рослиннолічництва — В. Гомилевський (1916, Симферопіль), Тесля (1916, Сухум), В. Корнев і Г. Купріянов (1917, Ялта) та В. Любименко й В. Маркович. Досліджено зокрема й Карпати (»Гуцульщина« В. Шухевича) й Харківщину, Чернігівщину, Донщину.

Врешті, українська лічнича рослинність багато була зачеплена в відповідних ділянках праць ВУАН, особливо в перших роках її діяльности. Туди треба віднести й праці, що обіймали цілу лічничу рослинність т. зв. УРСР.

Перші праці збирачів, особливо лікарів, виходили в латинській мові, як С. Парпури з 1830 р.; деякі, як чернігівця В. Демича (1888, Дорпат) та лівобережця Гнідича (1778, Ляйпціґ), були писані німецькою мовою. Більшість зі зрозумілих причин видавано російською мовою. Серію видань українською мовою розпочинає книжка Д. Максименка »Лікарські й пахучі рослини«, що вийшла в Полтаві в 1918 р., за часів Української Держави.

Від того часу з'являються головно в Галичині поважні популярні праці, що з них на перше місце треба поставити книжку Теодора Панича (Лічничі рослини, Львів 1924).

Жнива збирачів і популяризаторів народного рослинного лікування — значні, як мало в котрого европейського народу. Тяжче стоїть справа з науковим оволодінням цього матеріялу. Адже треба кожну народну вказівку сконтролювати, кожний традиційний звичай зглибити. Нічого не вільно висміяти чи нерозумно відкинути, не вжившись у людей і їх оточення.

Обережність і пошана в оцінці своєї народної лічничої культури були завжди прикметою великих націй світу. Вони на цьому нічого не втрачають, а тільки здобувають.

Візьмім такий приклад. Бідніша людність великих міст давно лікувала т. зв. курячу сліпоту, яка повстає на тлі сильної анемії, — споживанням печінки, і то, оскільки можливо, напівсирої. Про цей »смішний лік« писав у минулім столітті російський лікарський часопис »Врач« із підсміхом, — от, мовляв, темні, нерозумні люди з передмість Петербурга чи Києва лікують очі чудацьким способом. Тимчасом два американські лікарі почали досліджувати вплив сирої й напівсирої печінки на анемію (недокрів'я) і відкрили, що вона добра в лікуванні. Обидва лікарі за це дістали в 1926 році всесвітню нагороду Нобеля, бо їхній винахід-спостереження корисне для всього світу.

Цікаві сучасні досліди над »сауною«, фінською парнею. Цих парень є в самій Фінляндії пів міліона і кожен, хоч найбідніший, фін має в себе вдома свою »сауну«. Пару там здобувають просто: поливають водою розпечене на вогні каміння, уламки ґраніту. Отже теперішні спостереження (Muck, 1940) відкрили, що з такого розпеченого ґраніту виходить еманація радію (ґраніт з усього каміння має в собі найбільшу кількість урану й тору). Тому ті парні так добре впливають на фінів. У сучасній Німеччині міністер здоров'я спеціяльно заохочував до будови таких »саун« скрізь для оздоровлення населення.

Візьмім і простіший приклад корисности дослідів народного лічництва. В 1914—1916 рр. царська Росія втратила багато ліків, які приходили з закордону. Особливо дошкульно бракувало »*Hydrastis*«, зілля, що приходило з Канади і гальмувало кровотечі. По спеціяльних дослідах порадив учений Кравков, щоб узяти замість заморського гідрастісу свій звичайнісенький »водяний перець« (дрясень гірчак), уживаний всякими бабами-шептухами і ворожбитами. Що ж, місцеве зілля заступило заморське та осталося в списі европейських наукових ліків. Можна сказати, що зробило каріеру і »вийшло в люди«, — не так, як багато інших рідних рослин.

Українські дослідники-лікарі були нераз більше знані серед чужинців, як у нас. Такий доктор Денисенко жив у Парижі і досліджував вплив зелемозню *(Chelidonium)* на лікування рака. Про його праці знає більше Німеччина (там виробляють впорски цього зілля) або Франція чи Росія, як Україна.

Однак, принаймні добре, що про його працю впродовж останніх тридцяти літ ще не забули, зате забуто працю лікаря Протопопова з Донщини про одне південно-українське насерцеве зілля (1900, Петербург). Тільки випадково зустрівся я з цим зіллям, досліджуючи »цілющу травичку«, що її за дуже дорогу ціну продавав один варшавський ворожбит. Той ворожбит використав працю Протопопова.

В останніх часах треба було б створити спеціяльний дослідний інститут лікарських рослин. Тоді в справі лікування буде довершено те, що має бути довершено в усіх ділянках української культури, — зосередження й мобілізації культурних цінностей краю й народу.

ЧАСТИНА ДРУГА

ДОМАШНЄ ЛІКУВАННЯ

ДОМАШНЄ ЛІКУВАННЯ

Домашнє лікування існуватиме так довго, як довго буде людство і хвора людина. Навіть у найбільш культурних пацієнтів по повороті від лікаря з'являється думка: правда, що курація лікаря зовсім добра, але чи не придалося б зробити до тієї курації деяку поправку, доповнення або зміну? Власне на цьому бажанні доповнити звичайний спосіб лікування так, щоб він більше пасував до особи хворого, і полягає домашнє лікування там, де є добрі лікарі.

Що ж казати про ролю домашнього лікування там, де нема лікарів або їх обмаль? Там воно стає дуже важним проявом людського життя. До знавців такого лікування звертаються під натиском біди нераз і дуже освічені люди, а навіть, признаймо це, і самі тяжко хворі лікарі.

Лікувачі в такому лікуванні мають нераз кориснішу позицію, як самі лікарі. Передовсім, можуть давати дуже неприємні ліки і вживати досить ризиковних заходів. Так напр., знаю про те, як, зав'язавши очі молодій особі, що сліпла, та погрозивши смертю, ворожбит вистрілив над її ухом. Струс привернув зір хворому, який сліпнув мабуть на гістеричному тлі.

Зважмо, як лікувачі вміють лікувати в домашньому лікуванні і дуже несмачними ліками, яких не поважиться дати лікар.

Не один раз лікарі опускають руки перед надкислинністю шлунку. Безконечна печія докучає також і самому хворому. Тоді він звертається за поміччю до ворожбита і там дістає такий припис: »Візьми свіжу, необібрану рожеву картоплю, протри на тертці кілька картоплин, витисни через чисту ганчірку сік і пий 2—3 рази денно чверть — пів склянки по їжі. Печія зникне напевне, навіть у найзатверділіших випадках«. Оскільки, додаймо, хворий витримає нужденно прикрий смак ліку.

Деякі дивні ліки домашнього лікування, то тільки замасковані першорядні ліки офіціяльної медицини, як от, напр., було з заживанням півсирої печінки підчас недокрів'я.

Розгляньмо, наприклад, найновіші лічничі досвіди в хворобі заникання м'язів на тлі нервової дистрофії. Найновіший винахід у цій повільній і тяжкій хворобі — це давання дорогого специфіку »глікоколю«. Тимчасом віддавна в нас у чорноморських містах поручувано при всіх заниках м'язів давати якнайбільше »холодців« з телячих ніжок і риб. Тепер виясню-ється, що власне желятина заступає »глікоколь« у цій хворобі.

Прикладів таких ліків можна давати багато і треба признати, що нераз ці ліки в моїй практиці я мусів признати за доцільні. Скажім, при затроєнні чимсь з'їдженим, поки я прийшов із заміром полоскання шлунку й апоморфіною, — хворий уже встиг сам викликати рвоти (блювоти), заживши 1—2 столові ложки звичайної соли або 1—2 чайні ложки муштарди (не гірчиці!) і випивши до того 6—8 склянок води.

Не треба забувати, що бувають і гірші наслідки з домашнім лікуванням, — напр., коли родина дасть хворому на груди баньки і приспішить кровотечу з легень, бо дасть ті баньки при творенні каверн у туберкульозного хворого.

Тому, коли річ іде про домашнє лікування, то його, з одного боку, треба прийняти до української культури, а з другого боку, до деякої міри знормалізувати так, щоб воно не чинило шкоди у здоров'ї населення.

В першій мірі до того покликані лікарі, зичливі для цієї помічної галузі лічництва, а одночасно такі, що пам'ятають про добро загалу.

Найліпше було б, щоб кожний з таких лічників перейшов відповідну, хоч би й недовгу, школу, скажім, кількатижневі курси, — »курси швидкого рятівництва«, »курси збирання й сушення рослин«, або »курси зелознавства« чи »курси масажу й природолічництва«. Коли не курси, то принаймні одноразова лікарська контроля здібностей даної особи — була б вказана.

Власне трохи мінімальних відомостей з рослиннознавства подаємо понижче. Відомості ці — тільки доповнення і певне систематизування того, що лічник може собі придбати, пізнаючи природу зблизька та студіюючи відповідну літературу. Під рукою сучасний український лікувач може мати: 1) »Цілющі рослини« проф. д-ра Івана Раковського, Краків, 1942 р., 2) »Хвороби нирок і лікування зелами« д-ра Е. Васютинського, Львів, 1938, 3) »Лічничі рослини«, підручник для збирачів Теодора Панича, Львів, 1924.

СУШЕННЯ Й ЗБИРАННЯ РОСЛИН

Сушення й збирання рослин, це не проста річ. Звичайно це називають зелярським промислом. А тимчасом, як раз тут треба мати багато більше, як звичайну, промислову техніку. Повинно бути те, що звемо »робота з душею«: треба любити природу й рослини, треба відчувати рослину, як живу істоту. Рослини мають у собі прикмети, що їх зближують до нашого людського життя. Голод, хвороби, дивні зміни панують і в них, так як у людей.

Так, як і люди, вони підлягають впливам сонця й місяця. Хто знає, може й мали давні зелярі підставу твердити, що цвіт і всю рослину (надземну) треба завжди збирати перед повнею місяця (якихсь 3—6 днів) або остаточно в день повні? Бо ніби місяць у повні викликає приплив соків у надземних частинах рослин. Навпаки, підземні частини рослин мають бути більш соковиті при убуванні місяця. В кожному разі, найновіші досліди над зростом грибів довели, що гриби ростуть швидше, як місяць є в повні.

Треба не тільки відчувати і знати рослини, що їх збираємо, — треба мати добру знайомість і відчуття ґрунту, околиці, де їх збираємо. Українські ґрунти ще замало обслідувані і ховають у собі багато несподіванок. Залізисті, сірчані, навіть радоносні джерела у нас можна зустріти скрізь від Майкопу по Буркут і від Горині по Хопер.

Найбільшою помилкою було б зоднороднювати збирачів лікарських рослин і робити з цього фах. Там повинні бути передовсім люди, закохані в свою місцевість, люди, що з любов'ю збирають рослини, найвартісніші в тій околиці. Ці люди можуть бути з найрізнородніших фахів, але головним їхнім окресленням може бути одно, щоб вони любили, розуміли і вміли збирати лікарські рослини своєї околиці.

Так само дуже небезпечно було б поставити справу збирання і приготовлювання рослин у площину грошового думання (Gelddenken). Навіть частинно так поставлена справа обезцінить і загирить цілий задум. Збирати рослини для помочі людям — це акт творчий і національно, і вселюдсько. Хто знає, чи не найбільше до того надавалися б передовсім українські чисто християнські організації, — може рід братства при окремих церквах, може чернечі ордени. Чейже були вже колись староруські й козацькі манастирі провідниками в цій ділянці? Західно-українські Василіяни, Київська Лавра доховали зелярські традиції аж до часу большевицької неволі.

Не урядовці, не обіжники і т. п. папери розвинуть рослинне збирання й лічництво, а живі духом люди, що працюватимуть для своїх хворих братів. Тільки самодіяльність може бути змістом цієї благородної ділянки української культури.

По цих вступних увагах про загальний стан і про саму ідею рослинного лікування перейдім до важніших вказівок щодо сушення й збирання рослин.

Почнім від кількох спеціяльних уваг.

1) Збирання отрутних рослин, таких, як наперсник, як горицвіт, як дивдерев, як пізноцвіт та інші, вимагає спеціяльної обережности. Треба збирати такі рослини завжди окремо, так само сушити й переховувати окремо від інших лічничих рослин. Підчас їх збирання не вільно торкатися руками очей чи уст. Усунути дітей від близькости до цих рослин. По отрутних рослинах завжди мити руки.

2) Ніколи не мішати рослин, хоч би й з однаковим лічничим призначенням. Не вільно мішати навіть частин тієї самої рослини, напр. листя й коріння лікарської мальви. На кожнім пакунку з зібраною рослиною мусить бути виразний напис (найліпше на привішеній етикетці), який визначає цю рослину.

3) В своїй ділянці збирання, в своїй околиці треба шанувати стан лікувальних рослин. Не витереблювати безглуздим поспіхом, »не голити свого кутка«, як кажуть збирачі. Натуральне джерело здоров'я не сміє всохнути, а повинно вистачити на дальші роки. Однорічні рослини в кількох примірниках зіставляти на розсів і не зривати. Коли вирвалося непотрібно коріння чи цибульку рослини, — закопати назад у ґрунті. Збираючи з дерева, ощаджувати його, не обламувати, не ранити. Шанувати рослини.

Коли збирати лікувальні рослини? Найкраще зранку по росі, старим звичаєм, поки ще сонце не припікає. Пополудні рослини не такі сильні, як твердить народна мудрість, та й треба встигнути їх сушити.

Як збирати рослини? Найкраще стинати їх гострим серпом або гострим ножем, зоставляючи корінь. Коли рослина дволітня, то вона дасть жнива ще й на другий рік. Збирати треба дорослі, добре розвинені рослини, не рахуючи занадто малих і знидiлих.

Там, де були штучні погної, краще не збирати рослин. Так само не збирати рослин занадто запилюжених: вони хоч би як миті, завжди даватимуть каламуть у напарі.

Коли б треба було збирати ароматичні, пахучі рослини, як полин, крокіс, м'яту, — то завжди варто вибирати рослини на

сухішому каменистому ґрунті і добре насвітлювані сонцем. Ці ж самі рослини на занадто врожайній і погноєній землі мають у собі менше діяльних складнів. Загалом, дикі рослини багатші складнями, як сіяні.

Щождо культури рослин і способів їх годівлі (польовий, городничий чи садовий), — це вже спеціяльна наука.

Календар збирання лікувальних рослин важко докладно окреслити. Землі українські мають значні кліматичні різниці: Полісся й Покуття, Кубань і Вороніжчина мають відмінні окреслення збору. А втім, часами вчасніша весна чи зима пересувають на 1-2 місяці термін жнив тієї чи іншої рослини. Календар можна визначити тільки приблизно на деякі рослини.

Для Галичини і взагалі західних земель — найліпший календар збору зложив Теодор Панич у своїй цінній брошурі про »Лічничі рослини« 1924.

Січень—лютий

Омела біла
Сосна живиця
Ісляндський мох
Вовчинець звич. кора
Береза бруньки

Березень

Бруньки:

Берези
Сосни
Тополі

Коріння:

Бузини чорної
Придорожника (Петрів батіг)
Свічурника гіркого
Шувару

Кора:

Вовчинця звич.

Квітень

Бруньки:

Берези
Сосни
Тополі

Коріння:

Бузини чорної
Придорожника (Петрів батіг)
Свічурника гіркого
Шувару

Кора:

Верби
Вовчинця звич.
Крушини звич.

Цвіти:

Конвалії
Первенця лікарського
Фіялки пахучої

Зело:

Горицвіту
Кульбаби

Листя:

Берези
Конвалії

Травень

Кора:

Верби
Дуба
Крушини звич.

Цвіти:

Бузини чорної
Конвалії маєвої
Первенця лік.
Мачку польового
Трибарвної фіялки

Зело:

Горицвіту
Калиточника
Кульбаби
Трибарвної фіялки

Листя:

Бабки ланцетуватої
Берези
Кропиви

Червень

Кора:

Дуба
Крушини звич.

Цвіти:

Арніки
Бузини чорної
Деревія кривавника
Нагідок
Липи (кінець місяця)

Мачку польового
Рум'янцю щирого
Трибарвної фіялки

З е л о:

Дрясеня гірчака
Дрясеня подорожника
Жарки сердушника
Іванка прозірника
Калиточника
Кильників
Росички круглолистої
Чабрика материнки
Шанти

Л и с т я:

Бабки ланцетуватої
Бібника трилисника
Горіха вол.
Кропиви
Малини
Мальви лік.
М'яти
Чорниць

Липень

Ц в і т и:

Арніки
Бузини чорної
Деревія кривавника
Дівини (коров'яка)
Липи
Мальви лікарської
Мальви рожевої (штокроза)
Мачку польового
Нагідок
Рум'янцю щирого
Солом'янки піскової
Трибарвної фіялки

З е л о:

Дрясеня гірчака
Дрясеня подорожника
Жарки сердушника
Іванка прозірника
Калиточника
Кильників
Майрану
Полину
Росички круглолистої
Трибарвної фіялки
Чабрика материнки
Шанти

Л и с т я:

Бабки ланцетуватої
Бібника трилисника
Горіха вол.
Дурману
Кропиви
Мальви лікарської
М'яти
Ройника

О в о ч і, я г о д и:

Малини
Чорниць

Н а с і н н я:

Кмину

І н ш і:

Споринь

Серпень

Ц в і т и:

Деревія кривавника
Дівини (коров'яка)
Мальви лікарської
Мальви рожевої
Мачку польового
Нагідок
Солом'янки піскової
Трибарвної фіялки

З е л о:

Дрясеня подорожника
Жарки сердушника
Іванка прозірника
Калиточника
Кильників
Полину
Трибарвної фіялки
Чабрика материнки
Шанти

Л и с т я:

Бабки ланцетуватої
Кропиви
М'яти
Наперсника червоного
Ройника

О в о ч і, я г о д и:

Малин
Чорниць

Н а с і н н я:

Ганижу
Гірчиці
Дурману
Кмину
Кропу
Петрушки

І н ш і:

П'ядич пелешник
Споринь
Хміль шишки цвіту

Вересень

Ц в і т и:

Деревія кривавника
Нагідок

Листя:

Наперсника червоного

Овочі, ягоди:

Бузини чорної
Крушини тернистої
Ялівцю

Насіння:

Ганижу
Дурману
Кропу
Петрушки

Коріння:

Арніки
Гав'язу-живокости
Гребінника
Дягилю
Любистку
Одоляну лікарського
Папороті глисника
Свічурника гіркого
Шувару

Інші:

П'ядич полешник
Хміль шишки цвіту

Жовтень

Овочі, ягоди:

Крушини тернистої
Ялівцю

Насіння:

Кропу
Петрушки

Коріння:

Арніки
Гав'язу живокости
Гребінника
Дягилю
Любистку
Одоляну лікарського
Папороті глисника
Свічурника гіркого
Шувару

Листопад

Коріння:

Арніки
Гав'язу живокости
Гребінника
Дягилю
Любистку
Одоляну лікарського
Папороті глисника
Свічурника гіркого
Шувару

Інші:

Омела біла
Ялівець ягоди

Грудень

Омела біла
Ісляндський мох

Ціле зело, цілу рослину з листям і квітами збирають рідко. Бо коли рослина викинула всі квіти і зближається до овочування, тоді всі її соки йдуть на користь овочів, листя втрачає запах, а бадилля занадто твердіє.

Ще рідше збирають цілу траву з корінням. Взагалі треба уникати занадто твердих і грубих стеблин. До сушення треба стеблинки порозтинати і цілу рослину очистити.

Насіння лікарських рослин найбільше має в собі діяльних складнів. Беремо їх звичайно тоді, як зовсім дозріли, поза маком, що з нього беруть недозрілі маківки. Так само й дуже дрібне насіння, як кріп, кмин, беремо на коротко перед дозріванням, щоб не висипалося.

Коріння найбільше має в собі життьових сил або восени, як зів'яне рослина, або ще краще напровесні, як рослина ще не пустила листя. Викопане коріння треба швидко вимити; не вільно його зоставляти мокнути. Потрісканого або поламаного коріння не миють, а очищують щіткою. Не треба поспішати з краянням коріння. Пахуче коріння, як напр. північника (коситня), тратить наполовину свій запах від крайби. Сушити коріння найкраще, нанизавши на нитках.

Кору збираємо тільки на весну, саме як дерева й кущі починають пускати соки, і то з галуззя 2- і 3-річного. Несмолисту кору можна збирати і восени, як опадає листя.

Квіти, переважно найбільш вартісні серед лікувальних рослин, дуже нелегко збирати, бо вони легко мнуться, швидко зміняється їх колір і запах. Є три способи збирання квітів: а) збирають тільки верхівлі рослини із переважно ще не зовсім розвиненими квітами, б) збирають цілу квітку, оскільки можливо, з якнайкоротшими хвостиками (або й без шипулок), в) збирають тільки кольорові пелюстки квітів. Квіти легко загнивають, їх треба того ж дня сушити, розстеливши на полотні чи папері. Переховувати їх треба в холоднавім і сухім місці, далеко від сонячного проміння, — найкраще в бляшанках. Збираємо квіти на початку квітнення.

Листя збирати треба тоді, як воно саме розвинулося, найкраще перед квітненням рослини. Листя є тоді висушене, коли серединний нерв і прожилки стають крихкі чи ламливі. Листя зривати, не вириваючи рослини з землі, слабше й ущерблене листя зіставляти.

Бруньки (тополі, берези) треба збирати тоді, коли вони ще клеїсті й запашні та не випустили листків. Їх можна сушити на відкритім повітрі. Соснові бруньки брати не довші від 3—4 цм завдовжки.

Коли вже рослини зібрані, приходить час їхнього сушення.

Необхідним складнем сушення є сортування рослин.

Окремо тримаймо всі отрутні рослини і відставмо їх далеко набік.

Вступом до сортування є очищення зібраних рослин від занечищень усякого роду, від недоламків хоч би й тієї самої рослини, від недорослих і погано стятих рослин.

Пізніш уложити перед собою купку кращого й гіршого рослинного сирівцю (або ж створивши не дві, а три-чотири сорти), і відповідно до того сортувати зібраний матеріял та давати до сушення.

При сортуванні завжди на перше місце треба поставити не так водністі, соковиті примірники, як більш пахучі, більш гострі в смаку, жилясті, сухаві рослинки. Не зашкодить відразу пам'ятати, з якого долу чи верху зібрана рослина.

Як сушити лікувальні рослини?

Засади чисто технічні для лічничо-рослинного промислу мусимо залишити великим торговельним підприємствам, які працюють на чисто капіталістичних підставах. Тут важне те, що може зробити одиниця простими домашніми засобами.

С у ш е н н я справляє найбільше клопотів збирачеві рослин. Сушити треба в тіні, бо на сонці багато рослин тратить свій колір і обезцінюється. Взагалі небагато рослин (переважно насіння, коріння) сушиться в сушарках-печах при температурі 50—80° Ц. Великий клопіт є з цвітом, що дуже легко пересушується або загниває. Перевертати цвіт не можна, а щоб легше сушився, треба його розстеляти на полотні дуже тонким шаром. Цвіт, зложений на купу, впродовж кількох годин »перегрівається«, запах гниття переходить зіпрілі пелюстки, а тоді ввесь збір треба викинути.

Найкраще сушити десь на просторім, сухім горищі, де б не занадто нагрівало сонце, а вітер вільно його провівав. Не можна ніколи сушити рослини на камінні чи цементі або глині, — мусить бути дерев'яна підлога або дошки чи завішене полотно, остаточно папір.

Цвіт треба переховувати в скляних, бляшаних або сухих глиняних посудинах, щільно замкнених. Інші частини рослин можна мати в мішках, кулях, скринях, але завжди якнайдалі від вогкости. Всі сушені рослини повинні мати свій своєрідний запах, смак і колір.

Збираючи зела, не завжди можна їх буде пізніш сушити з того приводу, що деякі з них по висушенні значно втрачають свої лічничі прикмети. Це, напр., звичайна кропива, зілля кульбаби, дягилю, лопух, петрушка, зілля колендру і т. ін.

З них, ще свіжих, добре приготовляти квашеники або тривалі салатки на зиму. Майже всі вони придадуться в боротьбі із скорбутом (цингою) або зимовим недоживлюванням. Підчас війни 1914—1918 рр., а тепер у німецькій державі влади заохочують і популяризують техніку приготовлювання на довше таких рослин.

Друга ділянка, яка зв'язана з сушенням, це ф е р м е н т а ц і й н а з а г о т і в л я рослин. Справа в тім, щоб приспішити працю ферментів у рослині (листю) і швидко устабілізувати її. Ця досить складна процедура тотожна з тією, що її проробляють над чайним листом. Служить вона покищо до витворювання т. зв. краєвих чаїв з листя малини, суниць тощо. Взагалі ферментаційна метода мало ще випробувана в інших цілях.

Сушені лікувальні рослини треба часто провітрювати; як тільки з'являться іржаві плями, стухлий запах або паразити, — треба викидати їх без вагання. Взагалі сушені рослини не витримують довше, як 1—2 роки, в найкращім переховванні.

ДОМАШНЯ АПТЕЧКА.

Зібравши і висушивши зела, подумаймо, котрі з них надаються відразу до домашньої аптечки.

Першим і найбільшим скарбом доброї зелярської аптечки є гарнозасушений цвіт лікувальних рослин. Треба його держати в скляних слоїках (баньках) і добре зав'язаний, щоб туди не доходила вогкість. Світло дуже шкодить і зміняє цвіт. Ліпше держати його в темнім куті. Щороку цвіт треба зміняти; вартість цвіту по річнім зберіганні обнижується до $^1/_5$—$^1/_6$ початкової лічничої вартости. Цвіту не переховується багато в одній посудині (не більше, як 1 — 2 кг.).

Листя й ціле зілля може бути переховуване і по 15 — 20 кг. в одній скриньці чи мішку. Оскільки можливо, треба занадто пахучі рослини держати не заблизько до інших, бо вони надають сусідам свій запах. Найкраще мати їх герметично замкнені.

Кору добре мати вже роздріблену або в шматочках 3—4-центиметрових завдовжки. Коріння тверде треба мати перепиловане, а більш крихке тримати в цілості. Дерев'яне вугілля берегти від вогкости.

Дуже важно, спеціяльно в наших часах, мати вже готові протискорбутичні соки (пива чи й вина), а також протигарячкові мішанки в порошку або в січанці.

Все в аптечці мусить мати свою назву, добре виписану. Ліки сильніші, півотрутні повинні бути окремо замкнені.

Як записувати готові сушені рослини?

Найчастіше записуємо в напарі слабому або міцному та в відварі. Слабий напар робимо з чайної ложечки рослини, политої склянкою окропу. Потім зіставляємо на теплі, — але, щоб не кипіло! — і по 15 хвилинах напар готовий. Тільки процідити й давати хворому. Залежно від потреби — 1 — 2 — 3 рази денно.

Міцний напар приготовляємо так само, — тільки рослини даємо більше, — 1—2 стол. ложки. Напарювати треба в замкненій посудині, і найліпше глиняній, а не металевій.

Відвар робимо в тих самих пропорціях, тільки окропу даємо наполовину більше і варимо, аж цей лишок води википить — 10—20 хвилин. Відвару п'ється звичайно менше, як напару — $^1/_2$ шклянки 2—3 рази денно.

Часами робимо настій. Заливаємо гарячою водою покраяні коріння чи кору і зіставляємо в замкненій щільно по-

судині на кілька годин (скажім, на ніч). Перед подаванням трохи підігріваємо.

Напари, звичайно, записуємо там, де переважає листя й цвіт. Відвари даємо рідше, — там переважає кора й коріння.

У випадках наглих, як, напр., у кровотечах, даємо ліки частіше і більше, — що 1—2 години.

Дуже добре мати завжди перед очима спис усіх лікувальних рослин власної аптечки.

Найкраще поділити собі ці рослини в списі — на окремі групи: напр., а) проти шлунково-кишкового чищення й ферментації, б) проти артретизму й ревматизму, в) проти гарячки й малярії, г) проти кровотеч, ґ) проти хворіб печінки, д) проти нервовости, е) сечогонні, ж) потогонні, з) глистогонні, і) протискорбутичні, и) на відкашлювання, к) проти замкнення стільця.

Понижче подаємо групу важніших лікувальних рослин, що могли б стати підставою кожної домашньої аптечки.

(Тополя. — Липа. — Свічурник жовтий. — Бузина чорна. — Сосна. — Шувар звичайний. — Ялівець. — Дягиль. — Калиточник звичайний. — Дрясен гіркий. — Чорниця. — Крушина звичайна й терниста. — Гав'яз живокіст. — Подорожник Петрів батіг. — Рум'янець щирий. — Фіялка трибарвна. — Полин. — Кропива велика. — М'ята перцева. — Омела біла. — Верба. — Іванок прозірник. — Солом'янка піскова. — Споринь. — Горицвіт весняний. — Мачок польовий. — Вовчинець звичайний. — Папороть глисник).

(Див. також рослини, що згадуються в розділі »Заглянь і в город«).

ТОПОЛЯ *(Populus nigra)*

Чужинці, їдучі в Україну з Московщини, нераз підкреслювали, що межі України вбачають вони там, де над біленими хатками з'являються перші тополі.

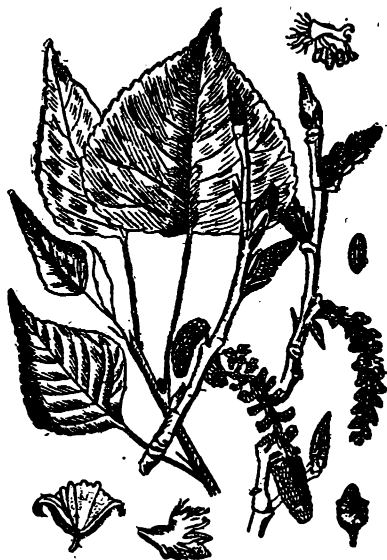
Тополя — улюблене дерево Т. Шевченка; вона оспівана в Манжури, як символ України, — це хіба найкраще дерево нашого краю.

Чорна тополя, крислата тополя — осокір, сокорина, ясокір, — то все назви для одного дерева, що різниться від інших тополь (білої, пахучої, пірамідальної, трепети) своїм трикутнім листям без волосків і блискучою зеленістю з обох боків листка. Це — дерево до 30 метрів заввишки, росте на вогких

місцях над берегами рік і на узліссі. Коріння її глибоко входить у землю, стовбур сіраво-бруднавий, — хто в Україні не знає тополі?

В бруньках (пуп'янках) цвітових є важні лічничі складні — галлюсова кислина, популіна, кризина, тектокризина і олійки. Ще важніший головний складень у корі тополі-осокора — глюкозид саліцин. Цей дуже гіркий лік в 50—60% заступає хіну. В часах воєн і бльокад цього спостереження не вільно не пам'ятати.

Свого часу в Росії і Середущій Европі саліцину вживано часто, особливо при малярії і подібних фебрах. Там власне і є рослинна саліцилова кислина, не та, що нам дають фабрики, видобувши її з карболевої кислини при перерібці кам'яного вугілля.



Запаси сушеної кори чорної тополі, обіч вербової кори та коріння свічурника лихоманника *(Gentiana)*, мусять бути в кожної особи, що лікує, ба! — на мою думку, то й у кожній добрій амбуляторії чи шпиталі.

Це — ті ліки під ногами, які при сучасній (а треба бути певним, і на довго в будучині) будуть заступати нам далеку заморську рослину, цінхону з її продуктом — хініною. Коли ж через ту чи іншу причину підупаде фабрикація саліцилю з кам'яного вугілля, — то заступлять її ці три середники з додатками може ще 1—2 рослин.

Збирати бруньки (цвітові пуп'янки) треба в березні-квітні, поки вони ще клейкі й не розпустилися. Запізно зібрані, вони розпускаються підчас сушення й тоді нічого не варті. Сушити їх треба 1—2 місяці, але без спеціяльної субтельности, класти шарами до 5 цм завширшки, на добре провітрюванім горищі; для приспіху можна сушити і в грубі (по випеченні хліба), ледве теплій. Ощаджуючи дерево, збираймо бруньки тільки на долішніх гиляках, оминаючи короткі віти. Збирати тільки великі бруньки.

Бруньки з їх ароматичним запахом ідуть на приготовлювання тополевої масти, яка дає значну полегкість при гемороїдальних болях, а також при болючих ранах і вередах.

Дуже міцний настій (залити гарячою водою і зоставити $^{1}/_{2}$—1 добу) бруньок і свіжого молодого листя заспокоює при гістерії й надмірному половому побудженні. П'ється того що 2—3 години столову ложку.

Горілку на свіжих бруньках дають до пиття при скорбуті.

Тополя дає дуже добре дерев'яне вугілля. Це вугілля, потовчене якнайдрібніш, добре давати столовими ложками (в якійсь каші чи клею) при здутті живота і затруєнні.

Але найважніше, що може дати тополя, є в її корі, — там найбільше саліцину. Кору збираємо на весну, поки ще легко відходить.

Тому, що смак кори дуже гіркий, — добре подробивши, варто змішати її з лагіднішими смаково рослинами. Можемо додати березового листя або листя з зеленого букшпану *(Buxus sempervirens)* або рум'янцю чи липового цвіту, — але завжди не більше, як 30—40% цілої ваги мішанки. Перед тим відварити впродовж 15—20 хвилин кору, а тоді ще раз запарити з цими рослинами і давати пити: пів склянки 3—4 рази денно. Французи подають кору в порошку і в оплатках, як хіну.

ЛИПА *(Tilia europea)*

Липа дерево — само лічниче і в збиранні лікувальних рослин помічне, — каже народний звичай. За тим звичаєм треба всі цілющі зела викопувати лопатою з липового дерева. З липового чи ні, але щоб не поранити цілющих корінців, ліпше їх, дійсно, викопувати дерев'яною лопатою.

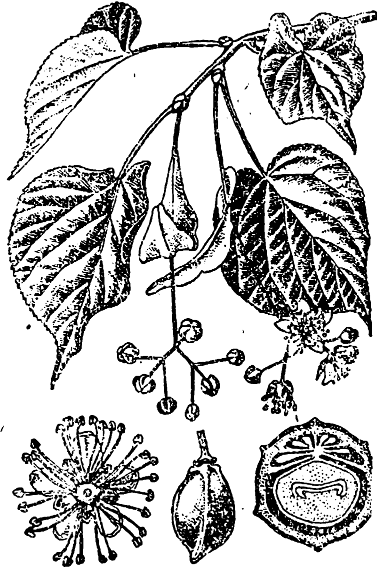
Липа широколиста і дрібнолиста — дерево розложисте і довговічне (живе до 200—300 літ), дає головним чином цвіт. Широколиста цвіте звичайно в половині червня, дрібнолиста на початку липня. Цвіт збирати треба або в кетяжку (з прицвітником) або сам цвіт (тільки квіття). Найліпше тоді, коли в кетяжку більшість квітів, крім одного-двох, уже розквітли. Найшвидший збір при стинанні коротких віт (20—25 цм) разом з цвітом до кошиків (ощаджувати дерева) і якнайшвидше пообривати кетяжки. Сушити в купках кілька годин на сонці, а пізніше в тіні. Сушення триває тиждень, обходитися з цвітом треба делікатно. Висушений цвіт має жовтий колір, — червонавий мало вартий, бо надто пізній. Цвіт сріб-

ної липи, збираний пізніше, має зовсім інший вигляд (як десятипелюстковий) і слабший лічничо.

Переховувати цвіт липи треба в щільно замкнених дерев'яних скринях.

Липовий цвіт, як головний складень, має ще мало досліджений ароматичний олійок, багато слизі, цукор, танніну.

Напар з цвіту (парити, як чай!) має прикмети легко насонні й заспокійливі завдяки олійкові і тому нераз його дають у міґрені й нервовості по кілька склянок денно. Так само на заспокоєння дають і купелі з цвіту, напар з $^1/_2$ кг на купіль для дорослого.



На поти дається цвіт липи найліпше в мішанці — з ягодами малини (чи барбарису), зіллям таволги та корнями перійки. Можна дати й з самого цвіту — з двох столових ложок на дві склянки окропу, випити на-гаряче на ніч.

Молоде листя липове, висушене, а пізніш напарене впливає сечогонно і, осолоджене, добре надається для дітей.

Кору липи, збирану на весну, добре давати в відварах (варити з 15—20 хвилин) до обмивання ран і вередів, що гнояться.

Врешті, вугілля з липи, подаване при печії чи здутті в животі, заспокоює швидко. Даємо в невеликій кількості по пів чайної ложечки 3—4 рази денно по їжі.

СВІЧУРНИК ЖОВТИЙ ГІРКИЙ *(Gentiana lutea)*

»Відай, пане, ви сходячи з гір, перестудилися«, — сказав мені колись господар-гуцул у заїзді в Кутах під Карпатами, — »напийтеся зо дві чарки джинджуру: він вижене з вас лихоманку. Тільки уважайте, не скривіться, бо це в нас, у Гуцулії, найгіркіше, що маємо до пиття«.

Гірський свічурник-лихоманник це дійсно одна з найгіркіших многолітніх рослин України, як і всі взагалі свічурники-

ґенціяни. Головною рослиною з них є свічурник жовтий, або ж товстуха, горечавка, джинджур, соколій перелет, гіркіт.

Найліпші умовини для жовтого свічурника — гірські — між 800 до 2500 метрів висоти. Добрий є сибірський жовтий свічурник, в Україні його садили або збирали переважно на вапнянім ґрунті. Має корінь до 60 цм завдовжки і до 4—6 цм завгрубшки. Викопувати корінь найкраще не раніш, як у п'ятилітньої рослини, а найкраще, як має 20—25 літ, тоді він завгрубшки в людський кулак, а навіть плече. Корінь ззовні бурий, всередині — жовтий і запашний.

Стебло виростає до $1^1/_2$ метра заввишки, гладке, всередині порожнє. Листя має по 5—7 ребер, кошичкувате, попарно обіймає стеблину. Гарний, величенький, золото - жовтий цвіт розцвітає в липні, серпні і виступає китицями понад кожну пару листків від половини стебла вгору. Насіння дрібне лежить в одногніздій коробочці.

Викопувати коріння жовтого свічурника не легко. Найкраще збирати тоді, як опаде листя восени, — але якраз у той час гори вкриваються снігом. Так само й напровесні. Тому збирають його нераз і влітку.

Можна збирати коріння й не тільки жовтого свічурника, що є найкраще, — але й інше: по цілій Україні росте гіркавий свічурник *(Gentiana amarella)*, знаний під назвою »тирлич-трави«, свічурник лихоманник *(Gentiana Cruciata)*, що цвіте синьо і є менший. Придається також і багряний свічурник *(Gentiana purpurea)*, що цвіте багряним цвітом.

Коріння викопується разом з бічними відногами і ці відноги найбільш надаються до лічничих цілей. Добре сушений корінь більш ламливий, гірше сушений можна краяти, як віск. До сушення коріння очищується від дрібних корінців і крається на шматки по 2 цм завдовжки. Сушити на сонці або в тіні.

Корінь свічурника має в собі ґлюкозиди, ґенціїну, ґенціомарину і ґенціопікрину, якраз ця остання діє вбивчо на малярічні паразити. Інші складні впливають на організм подібно, як хіна, — отже зміцнюють у меншій кількості шлунок (по 1 граму 3—4 рази денно), в більшій кількості діють протигарячково (по 3 грами 5—6 раз денно). Добре проти гарячки давати й міцний спиртовий витяг з коріння по малому келішку 2—4 рази денно.

Про свічурник в сполуці з іншими рослинами сказано в розділі про гарячку.

БУЗИНА ЧОРНА *(Sambucus nigra)*

Бузину хвалив ще Гіппократ († 377 р. перед Хр.) за сечогонні прикмети відвару її коріння і вживав проти пухлини (водянки). Рослина ця хіба одна з найбільш заслужених у лікуванні людей.



Цей знаний кущ нераз 3—5 метрів заввишки, приятель хати, узлісь і річних берегів, — знаний кожному. Любить усі ґрунти і легко дається розмножувати чи то черенками, чи кореневими поростами.

Чорна бузина цвіте від травня до липня великими кетягами - кружками білого цвіту. Ягоди бузини соковиті, чорнофіолетові.

В бузині все придається до лікування, а головним чином — коріння, обидві кори, стрижень, цвіт, ягоди. Кора, а особливо коріння має дуже багато сечогонних поташевих сполук.

Чорну бузину треба відрізняти від подібної до неї рослини (не куща!) зелистої хобзи *(Sambucus Ebulus)* з гострішим запахом. Листя хобзи пожоване — забарвлює слину на червоно. Ягоди її, подібні до бузинових, тільки з червоним соком, — отрутні. В хобзі ціниться її дуже сечогонне коріння.

Збирати цвіт треба погідної днини (ніколи мокрий!) та добре розцвілий. Сушити треба дуже швидко, найліпше розвішуючи на шнурках в тіні й на провіві. Колір сухого цвіту повинен бути біложовтавий. Зчорнілий цвіт не вартий нічого.

Ягоди збирати в вересні: їх можна сушити або пресувати до соку. Цей сік легко розвільнює. Сушені ягоди в разі потреби відкислюємо й відцукровуємо тим, що виварюємо в воді, 4—5 разів зміняючи воду. Тоді даємо ложечками по їжі — в хронічних тяжких запаленнях шлунку чи дванадцятки, напр. при вередах. Дітям роблять повидла, кисіль чи мармеляду із ягід і дають взимку для вітамінів.

Коріння збирати найкраще на весні, висушити і держати в шматочках.

Кору збирати з молодих галузок напровесні. Спочатку вишкрябати ножем сріблисту зовнішню кору, а тоді стягати другу зеленкаву, ликувату кору.

Врешті дуже добрим лічничим матеріялом є й білий стрижень бузинових віт, що виглядає як білява вата. Беремо його з молодих стовбурів, де стрижень є хоч 2 цм завширшки, і краємо на куски по 10 цм завдовжки. Стрижень сушити легко, в напарі діє він сечогонно.

Зелені листочки бузини на весні можна давати до напару до весняної протиартретичної курації. Запарювати не багато і пити склянку щодня зрана впродовж місяця.

Та найчастіше вживаний — сушений цвіт бузини. При початках простуди — треба лягти до ліжка й випити 3—4 склянки чаю з бузинового квіту, а поти нераз поможуть проти хвороби.

Коріння бузини обіч коріння вовчака належить до найсильніших сечогонних рослин в Україні. Відвар з 3—4 чайних ложечок краяного коріння на 2—3 склянки води давати випити впродовж дня хворим, які хворують на хронічні ниркові запалення чи на водянку (пухлину). Курацію треба провадити впродовж 6—10 днів. Дехто робить з коріння настій тривалий і дає пити столовими ложками, французи радять настій на білім вині. Найліпше діє свіжий сік із м'ясовини коріння, — вистачає 2—3 чайні ложечки на день.

Кору відварюють, найліпше в сироватці з молока і дають пити по ¼—½ склянки 2—3 рази денно.

Цвіт бузини можна сполучати з липовим цвітом, кору — з тополевою чи вербовою корою.

СОСНА *(Pinus silvestris)*

Про живицю сосни оповідають нераз цікаві речі. Один священик, в якого починалася грудна хвороба (туберкульоза), вилікувався з неї по трьох місяцях тим, що щодня ходив по лісі і їв свіжу живицю з сосон.

Маймо надію, що він при тому не попсував шлунку. В кожному разі, соснова живиця не є спеціяльним ліком проти туберкульози (та досі світ і не знає таких ліків), — вона може тільки помогти в відкашлюванні флегми при грудних хворобах. Треба брати її по ½ чайної ложечки з гарячим молоком три рази денно. Це й буде т. зв. терпентинова курація на 3—4 до 5—6 тижнів. При тім уважати на нирки й шлунок.



Вічнозелене дерево це, заввишки 20—30 метрів, знає кожен в українській землі. Сосна, як і смерека, ялиця та модрина, мають велике значення в народному господарстві, у постачанні деревного оцту, дьогтю, терпентини і т. д. До домашньої аптеки надається тільки живиця та бруньки (пуп'янки).

Збираємо бруньки виключно на бічних галузях, ніколи на верхівлі дерева. Збирати треба в березні—квітні, коли бруньки цілі обліплені живицею і невеликі (1—2 до 3 цм завд.). Не зривати руками, а стинати ножем.

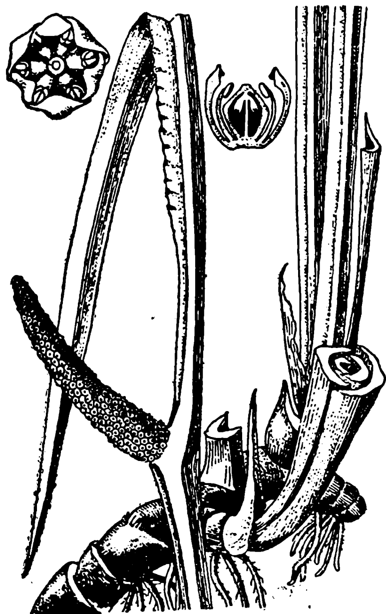
До сушення розстелювати тонким шаром, висушені щільно замикати, — етеричні олійки (25%) легко випаровують: вони мають у собі також багато живиці (до 23%).

Напарювати, як звичайно, легко підварити, додати цукру і давати при простуді горла й дихалець що 2 год. столову ложку. ½—¾ кг бруньок на ванну — при сильнім ревматизмі дає по 5—6-ти купелях значну полегкість. У Німеччині вживають тепер на кашель 10% витягу з бруньок — у впорсках (ін'єкція).

ШУВАР ЗВИЧАЙНИЙ *(Acorus Calamus)*

Ця рослина має ще не одну назву, як аїр, татарак, татарське зілля. Прийшла вона дійсно десь з Азії може за часів Хмельницького чи Сагайдачного.

Рослина ця ще недавно була вихвалювана лікарями під небеса, а за останні 50—60 літ минула її слава, однак не зовсім слушно. Правда, не будемо тепер давати солодкі конфітури (варення) з шувару проти апоплексії, не будемо зміцнювати пам'яті оливою з шувару.



Однак, деякі рецепти, знані ще нашим запорожцям, може придадуться, як, напр., компрес, зволожений міцною горілкою і присипаний порошком із сушеного коріння шувару — на поверховні шкірні рани й вереди. Так само донедавна ще (в минулім столітті) над Доном і Дніпром так лікували заблукану холеру. Хворому давали що дві години раз столову ложку відвару з шувару, раз келішок солодкої горілки з полину, одночасно натирали ноги й руки настоєм з гірчиці проти м'язових корчів. Замість води, — давали пити тільки гарячий ґроґ (горілку з цукром). Будь-що-будь, така курація не відстрашувала хворих.

Але покиньмо історію лікування цією рослиною і перейдім до сучасности.

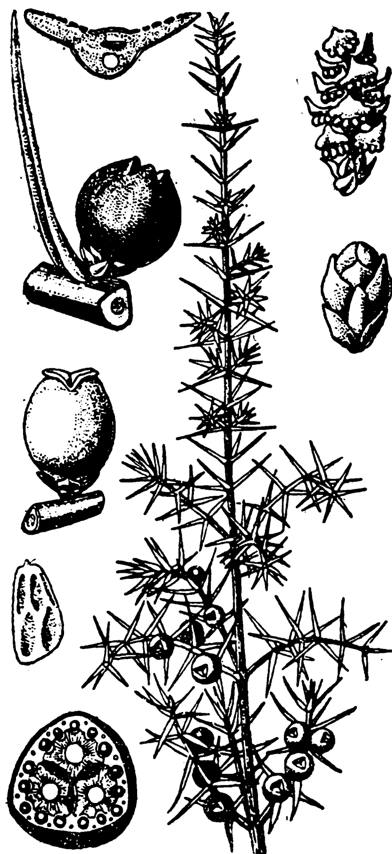
Шувар росте громадками над берегами українських вод. Кожний знає його яснозелене мечувате листя, що ним умають хату й церкву на Зелені Свята. До лікування береться шуваровий корняк, нераз завдовжки 20—30 цм, званий »аїрним коренем« в продажі. Цей »аїрний корінь« треба по висушенні (можна підігрівати) — очистити від верхнього наросту і покраяти в рівні шматочки в цм квадратовий. Сухий корняк повинен мати жовтобілий колір, губчату будову, смак гіркавозапашний. Викопувати корінь напровесні або пізньої осени.

Шуварове коріння — приятель людського шлунку; при дуже закоренілій малярії-квартані (коли й хіна не помагає) — варто давати його в порошку 3—4 до 6 грамів денно.

Напар шуварового коріння — дві столові ложки на 1½—2 скл. окропу на день, — даємо при катарах шлунку, при анемії й ослабленні кишок. Горілка на шуварі — 1-2 келішки завжди добра при шлунково-кишкових епідеміях. При скрофулах у дітей даємо їм конфіктури з татараку. Варити, як конфітури з дині.

ЯЛІВЕЦЬ (*Juniperus communis*)

Ялівець — улюблена рослина скандинавських і британських берегів. З нього там роблять багато ліків, про нього оповідають багато леґенд. З' ягід ялівцю роблять смачні напитки. В ягодах дозрілих і прибитих морозом є до 36% цукру. Міцне і тривке шотляндське пиво власне й повстає з ферментації цих ягід.



Росте скрізь у гірських місцевостях, у сухих прорубаних лісах. Любить пісок. Цвіте в квітні і травні дрібними базьками. Ягоди спочатку зелені, дозрівають на другий рік на осінь. Тоді вони темносині, соковиті.

З ягід робимо лагідний сечогонний сироп для дітей, перекладаючи їх цукром, як звичайно ягоди; пити чайну ложечку 3—4 рази в день при слабих нирках. При запаленні пухиря даємо л е г к и й напар з листя сушеного або свіжого. Міцні напари дражнять нирки.

При епідеміях — окуруємо запаленими гілляками ялівцю замешкалі житла.

Від нього відрізняймо теж кущ, к о з а ц ь к и й я л і-

в е ц ь *(Juniperus Sabina)*, що має далеко дрібніші і м'які листочки, які заходять на себе, як у туї або кипариса. Крім того, увесь кущ має сильний, дуже неприємний запах. Ця рослина отруйна, росте вона головним чином на півдні України.

ДЯГИЛЬ *(Archangelica officinalis)*

Дягиль — улюблена рослина шведів. Для них весна починається тоді, як можуть закоштувати своєї укоханої салатки із свіжопорослого дягилю. Має він у собі дуже приємний і освіжуючий запах. Треба признати, що й до горілок нема кращої заправи, як насіння або коріння дягилю.



Дягиль звичайний або лікарський відрізняємо від лісового дягилю, який є далеко менший і дрібніший і має більше, але менше запашне коріння. Дягиль звичайний треба плекати в городі; поза городом зустрічається він тільки як здичілий. Це висока (до 200 цм) трилітня рослина з дудчатим стеблом, дрібним білим цвітом, зібраним парасолькувато. Листя, подвійно пірнатодільне, обіймає тісно стебло. Найбільш потрібне коріння (збиране на другу весну чи осінь) та насіння. Листя й тонше стебло можна збирати додатково. Коріння крається дрібно і сушиться в холодку. Переховувати — щільно замкнене.

Дягиль додаємо передовсім смаково до більшости рослинних мішанок. Напар із коріння, питий по кожній їжі, помагає травленню, зміцнює, а також заспокоює, бо в корінні є валеріянова кислина.

КАЛИТОЧНИК ЗВИЧАЙНИЙ *(Capsella Bursa-pastoris)*

Ця скромненька однолітня рослина — то в кровотечах приятель людини, не менший, як »водяний перець«.

Калиточник любить не так береги потічків, як поля й смітники, і тим кращий у лікуванні, чим він сухіший і мізерніший на вигляд. Пізнати рослину легко. На своїм стеблі (10—60 цм) має він на тонких ніжках рясно причеплені маленькі капшучки. Це надає рослині дуже своєрідний характер. Недарма по-російськи зветься вона »чабанський капшук«, а по-латині »капшук пастора«.



Калиточник — однолітня рослина, має листки при підставі, як розетка, трикутні, — листки при стеблі вузькі й стрільчаті. Цвіт білий і дрібний, укладений щитком, що видовжується при квітненні. В стручках — »калитках« багато червонуватих зернят, що мають у собі олійкуватий сік. Цей сік — найважніший у рослині. Сушити її майже не оплатиться, забагато втрачає лічничих складнів.

Сік, або екстракт, даємо по 40—50 крапель (пів чайної ложечки) кілька разів денно. Головна ділянка вживання — неправильні жіночі кривавлення. Є певні дані, що власне цю рослину, обіч дрясену-гірчака, стосували в ліченні гемофілії останнього царенка.

ДРЯСЕН ГІРЧАК *(Polygonum hydropiper)*

Це було на Бойківщині влітку. Саме там підчас своїх блуканин натрапив я на нещасливу жінку, що в неї місячне кривавлення продовжилося і вже тривало більше, як два тижні. Кривавлення дуже її змучило. Недалеко від того дому, де лежала хвора, бігло багато потічків, а над тими потічками росло низькаве зілля. Селяни звали його »водяним перцем« — воно цвіло рожево і на його вузьких простих листочках по самій середині були темні, нераз серцевидні, плямки. Смак воно мало пекучий і неприємний.

Зараз можна було взятись до діла, — оберемок »водяного перцю«, перемелений і витиснений, дав $^{3}/_{4}$ склянки сві-



жого соку. До того додалося якогось сиропу і щопівгодини хвора пила цього добрий ковток. На вечір кровотеча минула.

Стебло дрясену переважно лежаче, завдовжки 20—30 цм. Листочки ланцетуваті. Колоски цвіту поникли, не рясні. Цвіте він у липні, серпні. Висушений (найліпше в холодку) багато втрачає лічничої сили.

Сік з надземної частини або й відвар із висушеної — дуже добре стримує кровотечі з грудей, пухиря, гемороїдів. Сік даємо чайними ложечками аж до висліду.

ЧОРНИЦЯ (*Vaccinium Myrtillus*)

Ягоди чорниці щораз більше починають цікавити сучасних дослідників. Останні досліди довели, що відвар з тих ягід забиває без остатку бактерії черевного тифу.

Чорниця (афина, борівка) росте кущиками до 30—40 цм заввишки, головно в північній і середній Україні. Збираємо листя в червні і сушимо в тіні. Ягід треба зібрати якнайбільше, — вони придадуться завжди в лікуванні. Сушимо ягоди в штучному теплі, уважаючи, щоб не припалити.

При всіх чищеннях, як ферментаційних, так і заразних — завжди вказаний міцний відвар із сухих ягід



чорниці (дві столові ложки на $1^{1}/_{4}$ скл.; пити 1—2 рази денно).

Чорниця затримує кишкові кровотечі; при кровоточивих гемороїдах — добре давати левативу (клізму) 1—2 рази на добу.

КРУШИНА ЗВИЧАЙНА Й ТЕРНИСТА

(Rhamnus Frangula et Rh. catharticus)

Для осіб до 40—45 літ рослина мало потрібна, але коли прийде ця пора, коли кишки лінивіші, а людина фізично менш рухлива, тоді варто собі пригадати цю рослину. Це приятель, що забезпечує людину від затруєння лінивим травленням. З одного боку, вона нешкідлива і сучасники дозволяють давати її навіть жінкам підчас вагітности. З другого боку, коли людина не зноровила собі кишок всякими заморськими чудами (сенною і т. ін.), тоді можна нею опанувати кожне лінивство кишок і погане віддавання стільця. Треба тільки вміти комбінувати кору крушини звичайної з іншими рослинами, не забуваючи й про ягоди тернистої крушини.



Кущ звичайної крушини сягає нераз до 3 метрів. Кора сіро-бура, під сподом жовто-червонава, листя чергове, черещате, зелено-білий цвіт, овочі коробочка дво - трисім'янна, спочатку зелена, далі червона, вкінці чорна.

Збираємо тільки кору на весні, коли вона добре відстає. Краяти в квадратики і сушити в сушарні.

Свіжозібрана кора викликає воніти (рвоту), треба перечекати, щоб ферментація в ній закінчилася, — загалом не менше, як два роки. Для приспішення ферментації тепер сушать її при 100° Ц. Тоді вона є лагідним ліком на прочищення.

Можна давати кору в порошку (пів грама 3 рази денно) або в звичайнім напарі.

Крушина терниста — це кущ або й невелике деревце з напротилежними гілляками, що росте в заростях і хащах. Листя черещате, насупротивне. Гілляки покриті сірою або червоно-бурою корою і кінчаються звичайними колючками. Цвіт дрібний, зеленкавий. Ягоди блискучо-чорні, з зеленим м'ясивом і чотирма кісточками. Ягоди дозрівають у вересні і жовтні.



Із свіжого соку ягід приготовляють сироп, витискаючи їх, а пізніше додаючи цукру до соку. Так само й сушать ягоди, а тоді дають у звичайних напарах чи відварах, завжди в мішанці ще з двома-трьома рослинами. Крушина терниста діє енергічніше від звичайної.

Даючи одну й другу крушину, треба пам'ятати про поправлення їх досить неприємного смаку іншими рослинами, напр. дягилем, рум'янцем.

ГАВ'ЯЗ ЖИВОКІСТ *(Symphytum officinale)*

Як Бог допоможе, то й ця корисна лікувальна рослина, впроваджена так широко українцем до лічництва в Польщі, ввійде не менш широко і до українського лічництва.

Має вона кільканадцять відмін, з них найкраща пишна відміна т. зв. кавказька, Лепехина. Живокіст годований, як корм для поросят (»Матадор«, »щорстек») дає свинкам швидкий зріст і певну відпорність проти епідемій. Коли будемо давати дітям (від року до трьох-п'яти літ) сік із свіжого живокосту, то діти швидше прибувають на вазі і добре держаться серед навали хвороб, які їх звичайно ждуть в оточенні. Пізніш, сік з живокосту придається і в дорослім віці.

Ця рослина, що виглядає, як будяк, росте на вогких ґрунтах. Ціле стебло і листя покриті волосками, листя здолу по-

крите сіткою нервів, держиться стебла півобнято. Цвіт темнопурпуровий або фіолетовий, правильний, зібраний в однобокі кетяги, обвислий. Цвіте від травня по вересень.



Коріння викопуємо восени, розрізуємо вздовж і сушимо.

В народній медицині вживають відвару з коріння на кашель і розвільнення. Ліпше робити настій з коріння — тоді слизь, яка має важний складень, що гоїть (алантоїну) — виходить у більшій кількості.

Живокосту ліпше не сполучувати з жадним лічничим зіллям, особливо терпким і в'яжучим. Тільки осолодження медом посилює лічничі прикмети такого настою.

Свіжий сік живокосту має в собі другий важний складень — алькальоїди, що зміцнюють дитячий організм.

Як відвар з коріння, так і свіжий сік багато можуть помогти в початках туберкульози легенів, а також лагодять туберкульозу кишок.

ПРИДОРОЖНИК ПЕТРІВ БАТІГ *(Cichorium Intybus)*

Ця рослина давно вже стукається до наших городів, а тимчасом розташувалася вздовж доріг та польових стежок. Кореневе листя її — це одна з найсмачніших салат, можна їх також уживати як жовчогонний лік при побільшенні печінки або лінивім стільці. У Франції плекають у городах її салаткову відміну *(Endivia)*.

Ця багатолітня рослина має соковите в білий сік коріння, стебло просте, шаршаво-волосисте, листя ланцетувате з сильним нервом посередині, цвіт синій, зібраний кошичками. Цвіте в червні, липні. Збирають на висушення коріння на весну і збирають коріння до салаток впродовж літа.

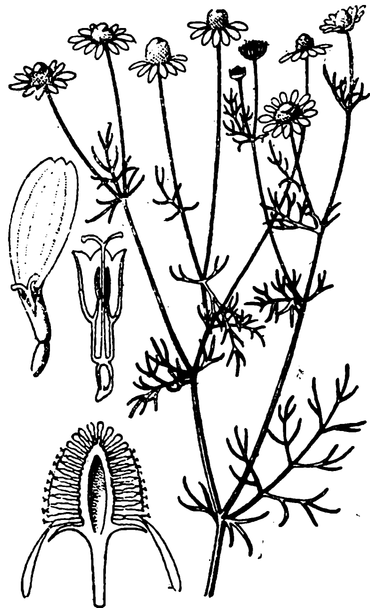


В корінні є віджививчий складень — інуліна та інші складні — сильно жовчогонні. Добре додавати його до інших жовчогонних рослин та сполучувати це з великою кількістю крушинової кори.

РУМ'ЯНЕЦЬ ЩИРИЙ

(Matricaria Chamomilla)

Коли в якійсь родині не знають ані одної лічничої рослини, то все ж, коли прийде нагода до левативи або до лікування животика в дитини, завжди знайдеться хтось, хто порадить напар з рум'янцю.



Цю однолітню рослину зустрінемо і в городах, і на ріллі. Кожен знає її цвіт — стіжкувата жовтозелена головка, обрямована вінцем білих обвислих пелюстків. Головка всередині порожня і дуже пахуча.

Цвіт збираємо в червні і липні, найліпше без більця. Сушити треба в тіні на провіві, а переховувати, як ароматичну рослину, отож щільно замкнену.

Дуже міцний напар рум'янцю добре впливає на біль голови і не один раз може заступити порошок проти міґрени.

Найчастіше вживаємо рум'янцю при здутті і ферментації кишок, а також як складень багатьох рослинних мішанок.

ФІЯЛКА ТРИБАРВНА *(Viola tricolor)*

В російській мові — ці блакитно-жовто-білі квітки звуться »оченятами Анюти«. Але головне їх застосування є не в очних хворобах, а в хронічних недугах переміни матерії.

»Братчики«, »польові братки«, »Іван та Марія« — це все назви одно- і дволітньої рослини, знаної кожному. Рослина нераз з дуже коротким порожнім усередині стеблом (5 до 30 цм завдовжки) і тонким, галузистим корінням. Цвіте майже ціле літо, збирати треба цілу надземну частину фіялки. Сушити пов'язану в пучки.



Свіжа рослина має в собі багато саліцилових сполук. Міцний напар або й сік свіжої рослини (пити 1—2 келішки денно) — дуже добре впливає при шкірних хворобах на артретичному тлі і взагалі в артретизмі.

Скрофулічним дітям можна зробити із свіжого соку запас сиропу на зиму: він лагідний і помічний.

ПОЛИН *(Artemisia Absinthium)*

Полин має в собі силу нашого сонця і степу. Його прегарні срібні пірамідки надають степам характер »полинних степів«.

Полин знає кожний українець. Цвіте ця рослина від липня до вересня дрібним жовтим цвітом, зібраним у кошички, в мітелках. Власне, ці мітелки, верхівлі полину — найліпші до лікувальних цілей. При збиранні уникати занадто грубого стебла. Сушити в холодку.

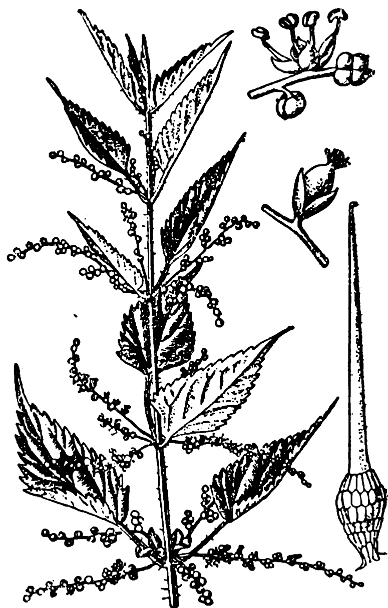
Полин має одну з найсильніших гіркот — абсинтину і олійок, який забиває глисти.



Легкий настій із столової ложки на $1^1/_2$—2 склянки окропу добре впливає на травлення та усуває хронічну недомогу слизівки шлунку. Пити треба небагато — 1—2 чайні ложечки 2—3 рази денно і брати не довго, впродовж 2—3 тижнів. Надмірно довге вживання полину викликує болі в долі живота, ослаблення загальне, хворобу нирок і нервів.

Доразово можна взяти полину й більше, і то спеціяльно на вигін глистів, найліпше пучку спорошкованого зілля полину (2—3 грами) разом з медом чи цукром зажити, а потім випити напар з крушини — на прочищення.

КРОПИВА ВЕЛИКА *(Urtica dioica)*



Про кропиву, обіч »березової каші«, згадують українські старі повістярі, в роді Василя Наріжного, як про педагогічний засіб, а не про лік. Коли ж на селі люди лікують свій задавнений ревматизм (гостець), систематично б'ючи себе жалкою кропивою, — то це вже незлий лік.

Цієї багаторічної, нераз до 120 цм заввишки, рослини трудно не впізнати — вона нагадує про себе жаленням.

Велика кількість крем'янки (сіліцію) в свіжому соку кропиви — це скарб для хворих на туберкульозу, а також для тих, що мають нахил до укритих чи явних кровотеч

в нирках, пухирі, чи в жилах відходової кишки. Добре впливає сік із кропиви і при надмірних місячних кровотечах у жінок. Даємо того соку по чайній ложечці 4 — 6 разів денно по їжі. Крім того, радимо їсти молоді вершки кропиви, варені, як борщ, чи як шпінак.

Сушена кропива (листя й цвіт без стебла) добра в напарах, як сечогонний лік і протикровотечний, найліпше в мішанках з іншими відповідними рослинами.

Рідко вживають сушеного коріння кропиви у звичайнім відварі, — проти статевої байдужности. Надто сильний відвар дражнить нирки.

М'ЯТА ПЕРЦЕВА *(Mentha piperita)*

М'ята перцева, хоч належить до наших городів, але ще не прийнята до столу при їжі. Тимчасом в Анґлії сік з м'яти, приправи з м'яти є при кожному обіді, може тому, зрештою, що помагає вона травити м'ясо. Маймо надію, що колись і в нас буде хоч що другий день на обід м'ясо у українця. Тоді й м'ята разом з іншими пахучими приправами, як майоран, колендер, займе своє визначне місце.



Великі плянтації перцевої та зеленої м'яти в Україні та на її межах (Лубні, Єпифань, Богородськ) — належать до визначніших в Европі.

В лісі і в полі зустрінемо кілька відмін м'яти (польова, водяна, блошниця, лісова, круглолиста, кучерява), — всі вони ростуть дико і надаються до лічничих цілей в більшій чи меншій мірі. Однак найбільш лічничих складників має перцева м'ята, що в нас знаходиться тільки по городах або зрідка в здичілім стані.

Багатолітня ця рослина виростає нераз понад метр заввишки. Її стебло чотиригранне, просте, однолітнє. Листки 5—6 цм завдовжки, супротивні, черещаті, подовгасті, згори

темнозелені, гладкі, здолу ясніші, з рідкими волосками, мають дрібні жовтуваті, олійкові залози. Цвіт темнобагряний або рожевий, виступає базькуватими кетяжками з пазущків листя. М'ята цвіте в червні, липні. Збирати треба листя без черешків два рази в літі — на початку червня (менший збір) і в кінці серпня (більший збір). Сушити треба в холодку.

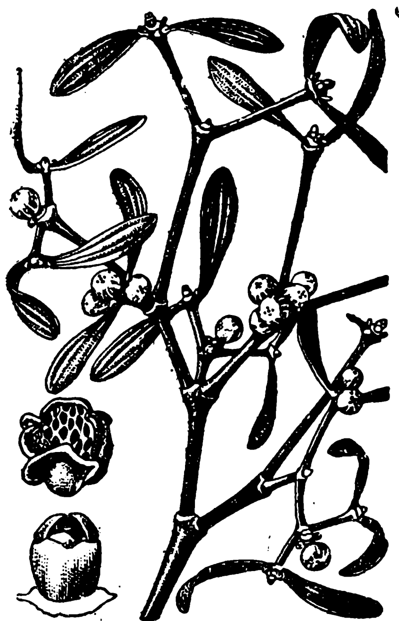
Взагалі смак перцевої м'яти тільки спочатку пекучий, а пізніш стає лагідніший і холодний. Тому часто цей рід м'яти й називають »холодною м'ятою«.

М'ята — це приятель шкіри і слизівки, а тим самим і всіх чуттєвих нервів.

Внутрішньо даємо легкий напар з м'яти при нахилі до ферментації в шлунку; міцний напар заспокоює й корчеві болі в животі. Даємо цей напар і проти надмірних вонітів (рвот).

Зовнішньо компреси із свіжої м'яти впливають проти болів, а також лагодять свербіння шкіри. Спеціяльно добре впливають великі холодняві клізми з м'ятного напару, — вони заспокоюють і свербіння, і загальне зденервовання. Купелі з відвару м'яти добрі для нервових дітей.

ОМЕЛА БІЛА *(Viscum album)*



Про омелу є багато леґенд, — особливо підкреслюють у західних леґендах те, що колись вона вирятувала від незнаної грізної епідемії цілу Скитію.

Найохочіше вживають її, однак, у лічництві Франції і взагалі Заходу, менш популярна вона в країнах над Дніпром, Дністром і Доном.

Ця вічнозелена рослина паразитує на наших тополях, березах, яблунях, рідше на дубах. Виглядає як великі кулі, складені з маленьких стеблин і гіллячок яснозеленого кольору. Характеристичні листки сидять супротивно, подовгасті, тупі, товсті, як шкіра, голі. Дрібний цвіт

з'являється в березні, квітні. Ягоди — білі прозористі кульки. Збирати треба молоді гіллячки пізньої осени або взимку. Сушення не спеціяльно субтельне.

Омела зв'язана головним чином із дрібним унервленням людини, головним чином б'ючок (артерій). Тому даємо легкі напари з листя омели при початках старечої склерози, разом із часниковою курацією, або в дуже нервових людей, що мають нахил до м'язових корчів.

ВЕРБА БІЛА *(Salix alba)*

Головна її зростова сила в корі. Паріст із шматком ще зеленої кори закоріниться швидко, скрізь, де є вогко. Верба в народі — це символ найбільшої живучости і легкого закорінення. Хто з'їздив Західну Україну, той признає, що вона найбільш характеризує цей край і взагалі північні й західні землі. Адже ж Даниїл Прочанин, поїхавши за часів середньовіччя до Єрусалиму, в пальмах вбачав рідне Чернігівське »вербіє«.

Хто збирає кору верби, той повинен відразу ж подумати про її стосування — в гарячці і ревматизмі.

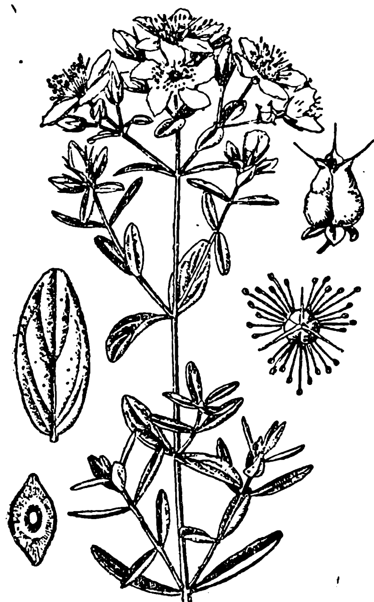
Біла верба — це кущ або й дерево до 30 метрів заввишки, що росте на берегах вод і при дорогах. Існують її відміни, з них найважніша »верба золота« з жовтими або червоними галузками. До лічничих потреб треба збирати кору з молодих одно- або дворічних галузок верби і сушити на сонці чи в штучнім теплі.

Кора верби в легких напарах придається в ревматичних хворобах суглобів і болях м'язів. Найліпше пити її в мішанці, і то впродовж багатьох тижнів. Відвари з кори давати треба в гарячкових станах і пропасниці, зв'язаних з побільшеною нервовістю. Головний складень світової слави ліку на нерви »Пасифльорини«, обіч пасифльори, — це кора білої верби.

ІВАНОК ПРОЗІРНИК *(Hypericum perforatum)*

Це одна з найважніших лічничих рослин, що росте в Україні. Перед нею в лікуванні велика будучність. Пелюстки корони прозірника, розтерті між пальцями, дають яскраво-червону живицю, звідти й назва його »молодецька кров«, »заяча кров«, »Божа крівця«. Знані і інші назви, як »звіробой«, »діравець« і т. д. Нарід уживає сік прозірника як фарбу.

Ця рослина, 20 до 60 цм заввишки, проста, з галузками, засіяними дрібними овальними листочками, що мають багато дрібних прозорих пухирців. Тому ці листочки під світло здаються діркуваті. Звідти ще одна назва — »діравець«, по-французьки »тисячократ пронизана«.



Квітки гарні злотожовті, зібрані в кетягу. Цей цвіт (верхівлі) вживаний у лікуванні. Збирають його в червні, липні, серпні, найліпше відтинаючи верхівлі на яких 15—20 цм. Не збирати занадто розцвілих і сушити, завісивши на шнурках.

Міцний напар (як дуже міцний чай-есенція) пити столову ложку по кожній їжі — дуже помагає передовсім у нервових хворобах кишок і шлунку. Особливо добре впливає в хронічних хворобах грубої кишки. Крім того, зміцнює загально ввесь організм.

Всі досліди, як французькі, так і німецькі, з рр. 1941/42 йдуть головно над свіжим соком, який має дуже цікаві прикмети (флюоресценція).

СОЛОМ'ЯНКА ПІСКОВА *(Gnaphalium arenarium)*

Ніжна, срібна й волохата, солом'янка зветься по-французьки »котяча лапка«. Італійський дослідник перед самою війною (другою всесвітньою, що ми тепер переживаємо) ствердив, що вже легкий напар з цвіту цієї рослини лагодить і лікує запалення печінки.

Багатолітня ця рослина, 10—30 цм заввишки, росте переважно на пісках. Її стебло просте, обложене дрібними ланцетуватими біловолосими листками. Її цвіт єднається вгорі в кружкуватий кетяжок, квітки цитриновожовті, нераз рожеваві. Цвіте в липні, серпні. Збирати не вповні розвинені. Рожеваві квітки — вартісніші в лікуванні. Сушити можна й на сонці.

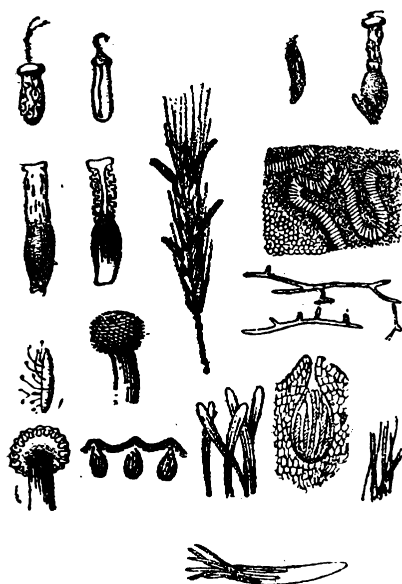
Хто має неправильну функцію печінки, як часте побільшення, болі або й жовтячку, може вилікуватися (оскільки нема жовчевого каміння або й важніших змін), п'ючи напар із піскової солом'янки 2—3 склянки денно, як чай. Напар має дуже приємний запах і можливий трохи гіркавий смак.

СПОРИНЬ *(Claviceps purpurea)*

(В аптечці держати окремо!)

Батько німецької медицини, П а р а ц е л ь з із Г о г е н г а й м у, твердив, що немає рослини, котра, уміло вжита, не помогла б людині у відповідній хворобі.

Здавалося б, що й паразит на збіжжі, — чорний грибок споринь ні до чого не надається. Тимчасом цей дармоїд має велетенське значення в лікуванні. Збирають його з колосків жита сухого дня перед самими жнивами. Це ріжки-чорнофіолетові, всередині сірі. Їх сушення може бути і в штучнім теплі. Пересушені розсипаються й тоді нічого не варті. Зберігати треба в щільно замкненій посудині, хоч і тоді по півроці тратять силу. Найліпше дати ріжки до аптеки, а звідти попросити споришевої тинктури (1 : 10). Такої тинктури даємо по 15 капель 3 — 4 до 5 — 6 разів денно в разі раптової кровотечі з легень або жіночих органів. Винятково, коли нема тинктури, можна дати клізму (лeвативу) з напару ріжків спориню ($^1/_4$ чайної ложечки на 2 склянки — т і л ь к и р а з !). Ріжки спориню дуже отрутні!



Їх невеличка домішка в борошні й хлібі дає хронічне затруєння, що виявляється омертвінням пальців, корчами.

Дуже важно вміти відкрити присутність спорині в муці. Коли полити занечищену ріжками муку — калюм кавстікум, — повстає гидкий оселедцевий запах.

ГОРИЦВІТ ВЕСНЯНИЙ *(Adonis vernalis)*

(В аптечці держати окремо!)

Горицвіт, він же й »тирлич«, »жовтоцвіт«, має ще й братів: червоний — літній і темночервоний — осінній. Всі вони отруйні в кожній своїй частині, і всі вони помагають в недугах б'ючок (артерій) і серця.

Горицвіт росте на сухих ґрунтах, особливо любить вапнисті. Ця багатолітня рослина, 25—30 цм заввишки, має переважно просте стебло і листя, безпосередньо зв'язане з стеблом. Листки кінчаються, як делікатні волоски кропу. Квіти великі, гарні, жовті, вгорі стебла укладені в вінець пелюстків (12—20), що положені спірально в п'ятипелюстковій і розділеній чаші. Цвіте горицвіт у квітні, травні, навіть у кінці березня. Збирати треба цілу наземну частину рослини без зчорнілих спідніх листків. Сушити обережно, пов'язане в пучки, букетики на шнурках у холодку. На осінь можна викопувати й коріння, але тільки в старших примірників.



Всі частини горицвіту дуже отрутні, тому даваймо тільки дуже легкі напари зілля (пів чайної ложечки на дві склянки окропу), столова ложка 4 рази денно. Горицвіт даємо там, де треба зміцнити працю серця, при високих гарячках, затруєннях. Добре впливає він і при опухах ніг та простуді. Можна сполучувати його в мішанках із сечогонними й потогонними рослинами.

МАЧОК ПОЛЬОВИЙ *(Papaver Rhoeas)*

(В аптечці держати окремо!)

Росте ця скромна однолітня квітка, як бур'ян, на полях у збіжжі, на пасовиськах. Цвіт її був в аптеках від давніх часів. Стебло мачка від підстави обросло густими твердавими

волосками. Листки — чергові, розтяті, зубчатокраї. Цвіте червоно від травня. Збирати треба пелюстки цвіту і дуже делікатно їх сушити. Зберігати треба в щільно замкнених слоїках і в теплім місці.



В дуже пересушенім цвіті, що вже не має жадного запаху, зістається тільки слизь. Цей складень є причиною, чому даємо легкий напар з мачку в мішанці наполовину з цвітом слизу (мальви) при легких простудах, особливо у дітей.

Друга прикмета цвіту мачка — це його легке наркотичне впливання. Напар з ложки цвіту мачка та ложки липового цвіту на склянку окропу — даємо, осолоджений, наніч проти безсонниці та на заспокоєння нервів. Даємо, однак, не надто часто.

При попареннях даємо міцний відвар цвіту разом з відваром насіння льону — в компресах і примасті (припарці).

ВОВЧИНЕЦЬ ЗВИЧАЙНИЙ *(Daphne Mezereum)*

(В аптечці держати окремо!)

Кожна дитина, що докладно й сама досліджує наші ліси, мусить затруїтися прегарними соковитими червоними чи жовтими ягодами вовчинцю (інакше вовчі ягоди, вовче лико). Тоді починає жалітися, що пече її в роті, що слина йде без кінця, а в шлунку чує корчі. Часами доходить і до кривавої сечі.

Тоді треба взяти на прочищення хоч би й крушини, на горло давати холодну воду або лід до ковтання, а потім якнайбільше слизистих відварів чи з листя або коріння мальви (алтею), чи з ісляндського моху, чи дуже добре розварені вівсяні платки й несолодкі киселі.

Кущі, заввишки $^3/_4$—1 метр, ростуть у лісах і на зрубах. Галуззя, як прути з сірою корою, що має на собі бурі крапки.



Цвіте рожево в березні, квітні ще до розквіту листя. Листки ланцетуваті, чергові, зібрані на кінці галузок. Ягоди червоні або жовті.

Кору збирати найкраще в січні або лютім — пасмами і сушити, вивернувши навиворот. Ягоди збирати дозрілі, сушити їх на штучнім теплі. Вся рослина дуже отруйна, кожна її частина має пекучий смак.

Збирати її треба тільки до зовнішнього лікування: з кори роблять горілчаний настій (1 : 10) до натирання в ревматичних болях. Так само й ягоди, що їх відварюють в олії (1 : 20) і дають до втирання. Надто сильний відвар чи настій робить пухирі.

ПАПОРОТЬ ГЛИСНИК *(Aspidium Filix-mas)*

(В аптечці держати окремо!)

В народі є багато леґенд про »цвіт папороті«, — та вона одначе не цвіте, лишень витворює на споднім боці або по краях листків т. зв. »розродні«.

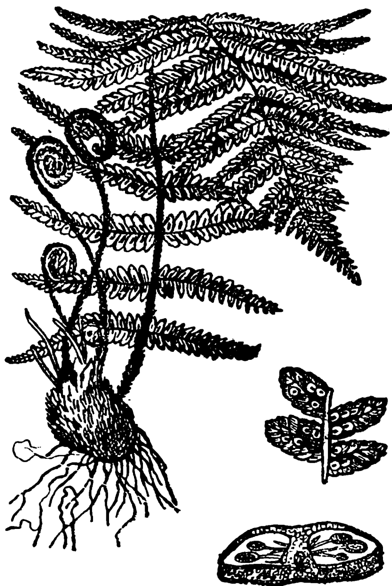
Один з лікуватєлів, священик, так висловився про папороть: »Яке ложе найкраще для людей, що хворіють на корчі, болі в суглобах, на ревматизм, ревматичний біль зубів чи голови? — Мішок повний сушеної папороті. Папороть дає людині спокій. Таке ложе обминають здалека блощиці і блохи«. Досить цікаві спроби лікування ішіясу й ревматизму окладанням хворих місць торбинками з сушеним і краяним корінням папороті. Взагалі папороть має, як мало яка лікувальна рослина, багато оповістей про свої чудесні прикмети.

Росте мужеська папороть громадками по лісах і над потоками по цілій Україні. Подвійно пірнате блискуче листя нераз 100—150 цм заввишки і до 70 цм завширшки. Молоде листя звинене ґарно, як слимачок.

Зелене листя завжди сполучене в підставі і не має зубців по краях, тоді як жіноча папороть *(Filix femina),* що

з нею не треба змішувати, має листки внизу відокремлені, має зубки по краях і т. зв. било в перерізі дає дві лінії, а не підківку, як мужеська папороть.

Головне лікувальне значення в папороті має коріння. Його треба викопувати до сушення — восени, коли до свіжого соку — то весною. З корняка — беремо тільки свіжу горішню частину, долішню обтинаємо й зіставляємо.



Корняк, очистивши від усіх зчорнілих частин, треба сушити не покраяний, у темному місці, бо вартісна його частина, що має зелений колір, швидко висихає на світлі.

Екстракт з мужеської папороті зветься філіцина, і там головний протиглистовий складень — то фільмарон. Фільмарон діє добре, коли сполучений із папоротевими олійками, які швидко висихають і зникають. Тому то виганяння лентових глистів сушеним порошком папороті не завжди певне. Найліпше робити настій з свіжого коріння папороті на спирті або етері (1:8). Брати того 20—30 крапель 8—10 разів впродовж 4—5 годин. Пізніше взяти на прочищення (але не рицину!), бо папороть — це отрута, що, забивши глисту, далі береться й до людини (темніє в очах, важкий віддих, часом корчі).

ЗАГЛЯНЬ І В ГОРОД...

Городи українські такі ж різноманітні, як і звичаї всіх десяти українських племен. Коли згадую свій городець над Чорним морем, то перше, що бачу з квітів, — то цінії й канупер; з дерев — шовковиці (морви), туї та жерделі, в кутку — невеличкий трояндничок, полечко кукурудзи (пшінки), а над балкою — виноградник, що спускається ген аж до заростів дерези.

Та однак у своїх головних прикметах — український город має свої прикметні рослини. Рожа (мальва) і нагідки під вікнами житла; цибуля, часник і квасоля на грядках; соняшники й гарбузи — ближче паркану, — це все те, що кожний українець знає від дитинства.

Багато з городових рослин починало свою »життьову карієру«, як лікувальні рослини, багато зістається ними й надалі.

Візьмім, напр., часник, що прибув до нас із Середньої Азії. Недарма в багатьох народних обрядах його держать »проти нечистої сили«. Дійсно нечисть утікає від нього. Коли загніздяться в людини в кишках глисти, — тоді відвар з часнику їх виганяє. Найліпше 1—$1^1/_2$ голівки молодого часнику відварити в двох склянках молока і давати пити щодня впродовж тижня. При дрібних глистах — вівсяниках — дають також і клізми (левативи) з цього відвару. Останніми часами дають горілчаний настій з часника (1:5) краплями (15—30 кр. 3 рази денно) проти склерози. Часник впливає і на легше відкашлювання. До довшого перехову ліпше часник трохи підкурити, провудити.

Подібно, як часник, але значно слабше, діє й цибуля. Її вживаємо частіше, як зовнішній лік, напр., при обкладанні свіжою цибулею болючих від ревматизму суглобів. Ці компреси даємо на кілька годин, як довго шкіра зносить.

Квасоля, її лушпиння й плід, уживані й досі в аптеках. В ній є рослинний саліциль.

Нарід уживає квасолі у всіх хворобах, де беруть участь нирки. Пояснюють це тим, що, мовляв, зерно квасолі має форму нирки і напар з квасолі повинен помагати у всіх ниркових хворобах. Дійсно, це сильно сечогонна рослина, добра проти артретизму. Найчастіше вживаємо її в мішанці з лабазником *(Spiraea Filipendula)* та фіялкою трибарвною. Даємо в легких і сильних напарах на протязі 5—6 тижнів.

Моркви є дві відміни: а) коротка (каротель) із товстим корінням, тупим на кінці, б) дійсна морква з корінням, як веретено. Обидві добрі в лікуванні. Останніми роками по цілій середущій Европі дають пити сік, витиснений з моркви, головно дітям на вітаміни. Не давати забагато, щоб аж діти від того пожовкли. В році 1942, з'явилася праця, що поручує добре відварену терту моркву при всіх тих дієтах, де записуваний був риж, отже при дитячих бігунках, розвільненнях і т. ін.

Гарбуз, або ж диня, тиква *(Cucurbita Pepo, maxima)* тільки останніми часами звернув на себе увагу лікарського

світу. Всі записи народних ліків вказували досі, що гарбузове насіння досить легко виганяє глисти, і то навіть лентові глисти. Тепер це підтверджено науково і в Німеччині існують уже специфіки з гарбузового насіння. Гарбуз печений і варений одночасно є й ліком, коли його подавати 1½—3 кг щодня впродовж кількох тижнів. Він поліпшує стілець і відводнює ціле тіло. Тому, скажім, у нирково хворих зменшуються опухи.

Червоний перець і петрушка ще не так давно були часто вживані офіціяльно медициною. Потім слава проминула.

Досліди над вітамінами і жіночими яєчниками привертають червоний перець на давнє місце шанованої лікарської рослини. Перець (стручки) сушимо, а при невистачальній скупій місячці — даємо по їжі в дуже легкім напарі або в спиртовім настої (1:10), щоб не попсувати шлунку. Добре при цьому давати й звичайний напар з цвіту нагідок. Настою червоного перцю можна вживати до натирання при простудженні м'язів та ревматичних болях у суглобах.

Городова петрушка дає дуже важний у медицині олійок.

Свіжий сік, витиснений із коріння петрушки, добре давати при сильних гарячках, коли є небезпека простуди нирок. Даємо $^{1}/_{4}$—$^{1}/_{2}$ склянки 2 рази денно. Крім насіння, й сушене зілля та корінь петрушки даємо в напарах при опухах ніг на нирковім тлі. Петрушкову воду, настояну на свіжім листю, даємо проти веснянок.

Соняшник — така типова, майже національна рослина, примандрувала до нас із Північної Америки. Це — великий приятель людини. Його насіння відживлює. З листя й кори або й коріння соняшника приготовляємо настій на горілці (1:8), даємо пити 1 чайну ложечку 3—4 рази денно в разі виснажливих довгих гарячок, особливо т. зв. волинської, і малярії. З листя цвіту роблять міцний настій на горілці (1:3) або й олії і вживають до натирання ревматичних суглобів.

Чорна редька прийшла може разом з нашими предками, передньоазійською расою, з Малої Азії. Натертий корінь редьковий і свіжий сік помагає, хоч слабше, як хрін, при скорбуті. Сік цей також дуже жовчогонний. Добре давати його 5—6 столових ложок денно впродовж 2—3 тижнів при запаленні жовчового пухирця.

Згадаймо ще й кріп та ганус (аниж), обидва записувані й досі лікарями.

Ганус це одна з найстаріших лікувальних рослин світу. Вживають його насіння до напару так, як чай. Такий чай (1—2 скл. денно) треба пити ковтками по кожній їжі, коли хтось хворий на здуття (гази) шлунку й кишок. Терте сім'я ганусу, перемішане на половину з цукром, дають по кілька ложок денно жінкам, що мають замало корму.

Насіння кропу так само вітрогонне, як і насіння ганусу, а крім того дуже сечогонне, особливо в мішанці до напару. За чисто городинними рослинами треба згадати й про городинні кущі.

Чорні порічки (смородина) не дарма мають такий сильний своєрідний запах. Їх сушені листя й ягоди в напарі добре впливають при сильних розвільненнях, а крім того впливають як потогонний лік.

Коли нема лісних малин, то й городові малини, висушені, придадуться взимку до запарювання, як потогонний лік при простуді.

Хміль, улюблена праслов'янська рослина, може помогти в двох недугах. Беремо його шишки (неперецвілий цвіт) і обережно висушуємо. Напар з них даємо при запаленні пухиря і частім віддаванні сечі. Одночасно варто давати якнайбільше (пів склянками) відвару насіння з льону.

Крім того, напар з шишок добре впливає на нервове незрівноваження. Золотожовте борошенце (люпуліна), що висипається з шишок хмелю, варто зібрати, висушити й пересіяти через густе сито. Пізніш давати по $^{1}/_{4}$ чайної ложечки 2—3 рази денно при надмірній нервовості. Напар з хмелю можна сполучати з напаром з одоляну (валеріяною).

Не забуваймо й про городові дерева. Не всі вони служать тільки відживленню людини.

Так, напр., з лічничого погляду хвостики від звичайних вишень мають свою вартість. Їх треба сушити, а при подразненні пухиря в дітей напарювати й давати щогодини столову ложку.

Так само впливає й напар з висушених шкірок від яблук. Самі яблука, як і сік з них, — це лагідні ліки проти замкнення стільця.

Волоські горіхи, такі часті в городах південної України, — потрібна рослина в лікуванні. Листя горіха збираємо в червні і швидко сушимо на сонці. Так само й плодову кору горіха. Легкий напар з листя і цієї кори даємо пити підліткам проти рахіту й скрофульози. Із дозрілих горіхів

можна витиснути дуже смачну горіхову олію. 4—6 столових ложок денно впродовж кількох днів виганяють лентову глисту з кишок людини.

Не брак і серед городових квітів корисних рослин.

Згадаймо собі звичайну т р о я н д у (розочку), що є по всіх південних городах України. Пелюстки її, добре просушені і перехowані в щільно замкненій посудині, завжди придадуться в міцних напарах проти розвільнення у дітей і немовлят.

Рожева м а л ь в а (шток-роза), що прийшла до нас з Китаю, прикрашувала хіба й найбіднішу українську хатину. До лікування вживаємо чорно-червоних пелюстків її цвіту, збираних звичайно в липні, серпні. Сушити делікатно. Напар з пелюстків добрий до полоскання перестудженого горла.

Багатолітній л ю б и с т о к, згадуваний в українських чарах, добре впливає на ослаблене травлення і діє сечогонно. До лікування беремо коріння любистка. Збираємо їх на весну від дво-трилітньої рослини, сушимо і переховуємо щільно замкнені. Даємо коріння, нераз із насінням вкупі — в легкім відварі — століовими ложками 3—4 рази денно по їжі.

Не тільки сам город цікавий для збирача лічничих рослин, але й обрямування городу. Там серед трави, стежок, серед різних бур'янів є великий вибір важних рослин. Ми вже згадували про не одне таке »хабаззя«, як, нпр., кропива велика або калиточник.

Пригадую одного з найбільших знавців лікувальних рослин і спеціяліста від рослинних хвороб, проф. М у ш и н с ь к о г о, як завжди трохи похиленого добродія, який завжди стає під парканами. »Пане докторе, — повторював, — під тинами, під парканами, а то й на смітниках ростуть нераз найцікавіші лікувальні рослини!«

Серед таких »підпаркановик рослин« дві звертають увагу сучасних дослідників. Перша — це о ч и т о к г о с т р и й, розхідник *(Sedum acre),* дуже низьке м'ясисте зілля, яке в пальцях аж трискає соком. Цей сік дуже гострого смаку, уживаний в народній медицині на компреси до вередів і боляків.

Друга рослина в міцних напарах дає дуже добрі висліди в лікуванні початків туберкульози, а також як сечогонне, в лікуванні артретизму. Це — дрясен п о д о р о ж н и к, моріг, гусяча трава *(Polygonum aviculare).* Ця трава має дуже багато крем'янки (сіліціюм). Немає нікого в Україні, хто б її не

топтав, це є той моріг, що ми знаємо, що нам скрізь стелеться по Україні, найбільш росповсюджене зілля — один із незчисленних **л і к і в п і д н о г а м и**.

ЛІКУВАЛЬНІ ВКАЗІВКИ

Г а р я ч к а. — С к о р б у т (цинга). — Б о л і с е р ц я. — Б о л і ш л у н к у. — Б о л і п е ч і н к и. — Б о л і г о л о в и. — Ж і н о ч і б о л і. — Б і л ь з у б і в. — Г е м о р о ї д и. — З а п а л е н н я п о в і к.

З а т р у є н н я ї ж е ю. — Г л и с т и. — Е п і д е м і ї ш л у н к о в о - к и ш к о в і. — Т у б е р к у л ь о з а й р а к. — В і д м о р о ж е н н я. — К о р о с т а. — Ж и л я к у в а т и й в е р е д. — С в е р б і н н я ш к і р и. — Г о ї н н я р а н.

Лікування — річ така відповідальна, що там придадуться нераз і найменші вказівки. З другого боку — при домашньому лікуванні дуже нераз не легко й самому лікувачеві, бо він не має під рукою ані ліків, ані можливости їх приготувати..

Власне тоді нераз придаються дрібні вказівки, як принаймні тимчасом запобігти лихові і зменшити болі та заспокоїти хворого.

Понижче подані вказівки — це почасти вже давно випробувані домашні способи, а почасти взяті з найновішої літератури про досліди в ділянці лікувальних рослин.

ГАРЯЧКА

Гарячка, лихоманка, пропасниця, цей бич краю у часи голоду, бльокади і воєн — стара знайома в Україні. Коли б ми слідкували за переломовими хвилями в історії нашого краю, то знайшли б тоді завжди — присутність голоду, гарячки й людського помору. З найглибшим криком серця згадує автор »Історії русов«, як це наступило по упадку гетьмана Мазепи. В останніх часах приходять ці ж три гості, мовби бажаючи пригадати, що тільки в скупченні коло віри в Бога і в себе врятується нарід.

Здається, і в цих літах, як у рр. 1919—22, не вистачить ліків проти пропасниці в Україні. Тому треба напружити всі сили для знайдення ліків у себе. При обговорюванні лічничої вартости тополі вже було дещо сказано. Безумовно, найважніші протилихоманні рослини — це т о п о л я і в е р б а (кора), ж о в т и й с в і ч у р н и к — ґ е н ц і я н а й г р е б і н н и к *(Geum urbanum)* (коріння) та листя бібника-трилисника (трифолії), що до певної міри заступає ґенціяну.

Коли б перейти до безпосередніх рецепт, то подамо їх кілька. Мають вони за собою вірну службу і в народній медицині, і в офіційній, переважно французькій, практиці:

а) коріння гребінника звичайного і кора білої верби по 30 гр, варити в ½ літрі води, аж випарує на $^1/_5$, тоді додати евент. хлористого амону 1—2 грами на 2 столові ложки сиропу. Випити впродовж доби в 2-х порціях;

б) спорошкована кора білої верби по 2—3 грами 4—6 р. денно. Давати в цукрі, меді, в коржиках;

в) коріння жовтого свічурника (ґенціяни) — 3 част.; кора дубова і римський рум'янець - цвіт по 1 част. (подавати як а) в відварі, або як б) в порошку (т. зв. »французька хіна«);

г) кора дубова (або коріння дрясену-бісторти), коріння жовтого свічурника по 2 част., вершки полину 1 част. — тільки як відвар;

д) кора білої верби і коріння гребінника звич. по половині — до відварів;

е) ликоп европейський (вовконіг) — до 6—8 грамів сушеної рослини.

Спеціяльно пильно тепер досліджувана в Німеччині.

Гіркість повищих середників велика, і чим гіркіший лік, тим більше свідчить про доброякість ліку. Подавати ліки треба мінімально 2—3 дні, додаючи ще ліку на серце.

Врешті згадаймо ще наші старі ліки проти малярії. Тут на першім місці треба поставити коріння соняшника (відвар ½ скл. 2 рази денно або горілка, настояна на його цвіті й корі (1 : 8). П'ють її чайну ложечку 3 рази денно, а діти беруть по 20 крапель 3 рази денно. Пити принаймні 3—5 тижнів. Крім соняшника, вживають також напару із листя подорожника (бабки ланцетової) та відвару з верхівель полину (не довше, як 5—6 днів підряд, 2—3 стол. ложки денно).

СКОРБУТ (ЦИНГА)

Цей понурий віщун голоду, а властиво сам частинний голод, знаний однаково, як селам, так і містам у часі війни. Знають його вояки й воєнні в'язні не гірше, як моряки на кораблях далекої плавби.

Суттю цієї недуги є брак вітамінів і взагалі недоживлення. Людина винищена, нераз гарячкує, ясна її зубів розпухлі й кривавлять, підшкірні легкі кровотечі, — так виглядає повний скорбут. Частіше зустрінемо частинний скорбут, що

виявляє себе тільки одною-двома прикметами з повищеназваних.

Лікувати скорбут найкраще цитриновим соком, свіжими помідорами, невареним молоком, городиною і м'ясом. Без цитрин скорбут зникає дуже поволі.

Скорбут в Україні — з'явище часте, особливо в 18-м і поч. 19-го ст. Тоді ж вироблено добрі ліки проти нього. З наших рослин у першій мірі згадаймо с в і ж и й х р і н і зближений до нього с в і ж и й л о ж о ч н и к *(Cochlearia offic.)*, віддавна знані на півдні, де одно й друге розводили господарі при хатах.

Хріну, натертого з цукром або сметаною, треба вживати по їжі 2 до 3 стол. ложок денно. Можна брати його і в напарі, найкраще наполовину з зіллям звичайної нашої настурції.

З ложочника береться — свіжий сік або (що є далеко слабше) сушене листя і насіння. Сік ложочника, напів з водою, дають до полоскання рота, а також до компресів на підшкірні кровотечі, що бувають переважно на ногах хворих на скорбут. Крім того, дають замість салати трохи свіжої трави та соку, свіжодушеного, — 3—4 рази денно по столовій ложці. Насіння ложочника товчуть, мішають наполовину з медом і дають 3 рази денно до пів чайної ложечки.

З інших рецепт згадаймо добре пиво проти скорбуту. Свіже листя ложочника і соснові бруньки по 30 гр, свіжо краяний корінь хріну — 60 гр, пива (може бути й солодове) — дві літри. Наставити на кілька днів у темнім і холоднім місці. Потім пити по ¼ склянки 3 рази денно.

Французи, які мають добру пам'ять про епідемію скорбуту в себе підчас великих воєн, радять іще такі рослини:

а) сік із жерухи лукової *(Cardamine pratense)* — 2 до 6 стол. ложок денно;

б) сік свіжий з жерявки більшої, красулі *(Tropaeolum maius)* 2—4 стол. ложки з молоком денно;

в) сік свіжий із порощію лікарського *(Sisimbrium)*;

г) настій на пиві чи вині з чорної гірчиці (насіння).

БОЛІ СЕРЦЯ

Болі серця від зденервування найліпше лікувати спокоєм, холодним компресом на серце, кількома ковтками холодної води.

Коли нервовість і биття серця не зникає, — тоді треба давати т. зв. »холодний о д о л я н о в и й ч а й«.

Одолян (валеріяна), висока рослина (до 150 цм заввишки) з дудчатим стеблом з непаристодільним листям, цвіте кетяжковим яснорожевим, пахучим цвітом у червні, липні і серпні над нашими ріками й потічками. По відцвітанні викопуємо його буре або жовте довге коріння і сушимо в холодку, покраявши на дрібні шматочки. Держати щільно замкнений.

»Чай« робимо в той спосіб, що заливаємо склянкою холодної води 1—2 чайні ложечки дрібно посіченого коріння. За 10—15 хвилин — жовтоопалевий чай готовий. Випити склянку ковтками впродовж дня.

Лікування болю серця на тлі хвороб належить уже до лікаря. Остаточно, завжди при перемученні треба дати хворому легкий напар з зілля горицвіту. Напарити столову ложку двома склянками окропу і пити його столову ложку три рази денно. Можна туди додати й перцевої м'яти.

БОЛІ ШЛУНКУ

Болі шлунку можуть бути раптові від недоброго їдження. Тоді найкраще помогти собі й викинути з'їджене. Щоб улегшити собі завдання, можна випити перед тим ½—1 склянку теплої добре посоленої води. Після рвот (вонітів) давати шлункові на заспокоєння легкого напару з перцевої м'яти, впродовж дня, і товчене вугілля тополеве або липове столовими ложками. Їсти тільки дуже лагідні страви і не багато.

Болі шлунку на тлі нервовім заспокоїмо легким напаром з цвіту мачка польового і цвіту липи. Часті болі шлунку з поденервуванням найліпше вилікує напар з зілля й цвіту прозірника.

Нераз шлунок має укриті вереди і починає спеціяльно поболювати в годинку, півтори по кожнім їдженні. Найліпше тут поможуть різні добрі впорски (ляростідін тощо), але коли їх нема та й узагалі лікаря нема близько, то треба зайнятися хворим. Поза дуже лагідним їдженням майже без соли й цукру — даємо йому густий відвар з насіння льону по склянці рано натщесерце і наніч. Крім того, стараємося лагодити слизівку шлунку, даючи напар-настій 5—6-годинний із коріння гав'язу-живокосту. Крім того, можна давати, як трохи полегшає, студенець з ісляндського моху (легківцю). Перед тим сушену стланю цього моху на коротко відварити, злити гірку воду і вже відварити на студенець (холодець), який давати столовими ложками.

БОЛІ ПЕЧІНКИ

Болі печінки пригадують людині, що вона щось недобре або забагато з'їла, або що забагато журиться, клопочеться, або що раптом схудла. Буває й клопіт із жовчевим камінням.

Щоб мати завжди добре прополіскувану печінку, ліпше заздалегідь щодня випивати собі рано, замість чаю, склянку легкого напару з солом'янки піскової.

При побільшенні печінки і сильних болях треба давати мішанку з 1 частини кори крушинки на 2 частини коріння подорожника Петрів батіг і 1 частину м'яти перцевої. Даємо в напарі — столова ложка на склянку — 3—4 склянки денно впродовж 3—4 днів. Пізніш давати таку саму кількість напару з солом'янки піскової. Як мине напад болів, у спокійнішому часі, дати пити для заспокоєння мішанку з двох частин дрясену-подорожника, з одної частини кори крушинки і трьох частин солом'янки. Пити по склянці легкого напару рано і ввечері — впродовж багатьох тижнів.

Коли є певність або підозріння на жовчеве каміння, до цього додаємо ще 1—2 келішки соку чорної редьки або хоч соку звичайних червоних редьковець (редисок).

БОЛІ ГОЛОВИ

Казав один старий лікар, що є три причини болю голови,— недобре травлення, ослаблення нервів і в жінок — непорядки жіночих органів. Крім того, казав, є четверта причина, а яка — не знати.

При частих сильних болях голови треба пам'ятати про впорядкування шлунку і заспокоєння нервів передовсім. Крім того, даємо напар з двох частин коріння одоляну та одної частини зілля польової конюшини (клеверу), з дрібкою м'яти перцевої. Даємо 2—3 склянки напару денно.

В дуже упертих болях голови спробуймо дати дуже міцного напару з цвіту рум'янцю, одну-дві склянки денно. Часами при цьому напарі бувають і рвоти (воніти), але біль голови зменшується або й пропадає.

ЖІНОЧІ БОЛІ

Причину жіночих болів повинен устійнити лікар спеціяліст. При болях підчас місячки (менструації) даємо відвар з одної частини зілля дрясену-гірчака або калиточника, з двох частин вербової кори і з одної частини зілля Іванка прозірника. Відвар із столової ложки на склянку, — давати ¾ склянки 2—3 рази денно.

При жіночих болях у старшому віці та при малій місячці дуже добре впливає напар з трьох частин цвіту нагидок і по одній частині цвіту бузини та липи. Пити склянку рано і ввечері впродовж кількох тижнів.

БІЛЬ ЗУБІВ

При болі зубів найважніше знати, чи гниття відбувається в замкненому чи відкритому місці зуба. На замкнене гниття поможе тільки дентист; на відкрите — даємо одну-дві краплі гвоздикового чи м'ятного олійку або вдихаємо трохи диму із сушених листків дивдерева (дурману) чи сушеної німиці чорної *(Hyoscyamus niger)*. Обидві рослини — отрута!

На замкнене гниття в зубі можна до певної міри вплинути, даючи таку мішанку: одна частина вербової кори, дві частини кори крушини і дві частини бедринцю-таволги коротко відварити 2 ложки на 2 склянки і давати пити, якнайтепліше, впродовж дня.

ГЕМОРОЇДИ

Болі й кривавлення з відходової кишки треба так трактувати, як і ранки в устах, тобто нічого не їсти такого, що дражнить, пече, ферментує.

На початку треба одноразово очистити кишки, даючи відвару з кори і ягід крушини. Потім даємо таку мішанку: дві частини калиточника або дрясену-гірчака, одна частина ягід чорниці, одна частина висушеної плодової кори гіркокаштана та трохи м'яти перцевої. Давати в короткім відварі столової ложки на склянку 2—3 рази денно, аж кривавлення пройде.

Коли кривавлення дуже зменшиться або й мине, тоді час на морквяну курацію. Щодня натщесерце рано і на ніч з'їдати склянку тертої моркви. Так само даємо й холодні компреси на стільцевий отвір із соку моркви. Коли хтось не може їсти сирої моркви, нехай вживає варену, але подвійну порцію.

ЗАПАЛЕННЯ ПОВІК

При запаленні повік утишує біль звичайне посмарування їх якимсь чистим товщем, навіть свіжим маслом, 1—2 рази денно.

Крім того прикладаємо теплі компреси з легкого напару сушених пелюстків синьої волошки або з зілля очанки *(Euphrasia officinalis)*.

ЗАТРУЄННЯ ЇЖЕЮ

Нераз людина з'їсть щось шкідливе для неї і треба якнайшвидше звільнити шлунок від тієї їжі. Щоб викликати рвоти (воніти, блювоти), треба давати столовими ложками відвар фіялкового коріння аж до висліду. Відвар робиться з 20 грамів коріння пахучої фіялки на півтори склянки води. Виварити до половини.

Потім після рвот дати якнайбільше тополевого вугілля й 2—3 чайних ложечки напару горицвіту, щоб зміцнити серце.

ГЛИСТИ

Глисти бувають не тільки в дітей, але і в дорослих. Це — паразит, який об'їдає і виголоджує свого господаря. Глистів є три роди, — дуже дрібні (вівсяники, оксиури), облі глисти (як дощові хробаки) і плескаті, лентові глисти. На вівсяники даємо впродовж тижня: ввечері варену картоплю і 3—4 зубки часнику, рано натщесерце варені сливки, впродовж дня якнайбільше насіння з ґарбуза (2—3 жмені). Щодня клізма (левантива) з часнику або смарування нафтою в відході.

На облі глисти — в їжі багато сирої цибулі, огірків, редьковець, сирого шпінату, — крім того, рано і ввечері склянку тертої сирої моркви з часником або відваром рум'янцю чи полину.

На лентові глисти — дуже впливає споживання оселедців (небагато рідин при тому!), відвар з полину, гарбузове насіння і папороть глисник.

ЕПІДЕМІЇ ШЛУНКОВО - КИШКОВІ

При епідеміях наші лікарі за козацьких часів склали просту рецепту проти епідемій. В перекладі з латини вона звучить так: »Втікай звідси швидко, зайди далеко, а головне не вертайся завчасу«.

Коли француз, лікар Клярк, у 1760 р. досліджував епідемії в Україні, то в своєму звіті поклав велику вагу »на те, що українці так само, як і росіяни, сім місяців на рік держать піст«. Спеціяльно побоювався Клярк дисентерії (кривавої різачки), а щоб не заразитися, жував корінь дягилю або інший, подібний ароматичний корінь, не ковтаючи ніколи при тому слини. Полтавці по селах ще й досі, за прикладом батька медицини Гіппократа, їдять часник, щоб запобігти епідеміям, а особливо холері.

Так чи інакше, але й досі лікарські підручники рекомендують при епідеміях брати для запобігання т. зв. антихолеричну тинктуру, що її рецепта

Tinct. Gallar., Tinct. Ratanhiae aa 10.0,
Tinct. Valerian., Spir. Menth. pip. aa 5.0.

S. При кожній їжі 30 крапель. Цю не зовсім краєву мішанку можемо заступити порошком із коріння лісового перстача (*Tormentilla)* — 4 частини та м'ятного листя в порошку — 1 частина. Брати на кінець ножа при кожній їжі.

При сильніших розвільненнях-чищеннях заживати як найбільше відвару з льняного насіння (до 3—4 скл. денно), з чорниць (до $1^1/_2$—3 скл. денно), при ферментації — тополеве вугілля.

ТУБЕРКУЛЬОЗА І РАК

Проти туберкульози не маємо в сучасній медицині жадного певного ліку. Найліпше старатися запобігати витворенню її в тілі.

Одною з найцікавіших проб лікування у Франції в роках 1937—1939 було насичування тіла хворого соком часника, миррою та вапном (у впорсках). Ці спроби вдалися, але тільки на звірятах (худобі). Останні досліди йдуть в тому напрямі, щоб довести, що туберкульоза це передовсім хвороба переміни матерії, зближена до артретизму. Тому найважнішим ліком все ж зістається — дуже чисте повітря, відповідне відживлення й спокій. Подавання на початку туберкульози легенів — рослин, що мають у собі багато вапна *(Galeopsis* — зябрій), або крем'янки (хвощ польовий, скрип), — може дуже помогти хворому.

Щодо рака, то хіба жадної хвороби так не лікують потаємно рослинами, як цю. Підчас своєї практики зустрічався я з кількома ворожбитськими ліками. З них один заслуговує на увагу, бо трохи поменшує болі, — це відвар з губки (на березі), що його дають пити столовими ложками. Так само тільки обезболює зелемозень, дослідна рослина д-ра Дениченка. Масти з цієї свіжої рослини вживав я до поверховних раків.

Діравець (Іванок прозірник), зілля з дуже вартісною живицею, один час дістав славу антиракового специфіку. Останні праці з 1938 р. стверджують антираковий вплив екстрактів омели, але покищо тільки в звірят.

Паризькі досліди над впливами колхіцини (в масті та впорсках) з р. 1939 теж були роблені тільки над звірятами. Колхіцина — це складень осіннього пізноцвіту. Не забуваймо також, що в 5—6% рака існує т. зв. самостійне самовиліЧення.

ВІДМОРОЖЕННЯ

Старий ще козацький лік проти відмороження зберігся ще на Січеславщині. Там висушені ще влітку шкірки дозрілих огірків-жовтяків намочують і обкладають відморожені місця. Шкірки зміняти треба досить часто.

Найліпшим із домашніх ліків на відмороження — це цвіт діравця (Іванка прозірника), відварений в олії. Варити 20—30 хвилин, відставити і переховувати в темнім місці. Доразово лагодитиме відмороження компрес із товченого зеленого листя омели, яка зустрічається і взимку.

КОРОСТА

На коросту найліпше давати вже готові масті з сірки й дьогтю. Коли таких нема під рукою, то на деякий час стримують розвій хвороби — компреси або смарування з відвару тютюнового листя — чайна ложечка на ¾ — 1 склянку води.

ЖИЛЯКУВАТИЙ ВЕРЕД

На шкірі ніг, найчастіше повище кісток, нераз твориться веред, коли обіг крови гіршає з приводу жиляків на ногах. Той веред дуже поволі гоїться, багато є мастей на його гоїння, і то переважно дорогих.

Вдома, очистивши рану діравцевим олійком, можна спробувати вигоїти листям капусти. Вирізавши грубші нерви, перетираємо лист на м'якиш. Той м'якиш кілька годин мокне в воді, а пізніш ним окладаємо веред 1 — 2 рази денно.

СВЕРБІННЯ ШКІРИ

Свіжа перцева м'ята, потовчена в компресах на свербіння — охолоджує і заспокоює.

Так само впливає — на свербіння, а й на екземи — присипка із спорошкованого сухого польового хвощу і цвіту рум'янцю.

ГОЇННЯ РАН

До гоїння найбільш задавнених ран надається найліпше — діравцева олія, тран, правдива олива.

Як найновіший винахід, з'явилися тепер масті із свіжої телячої коси (панкреас). Цю масть може доразово приготувати

й зичливий аптекар, або ж можна й самим висушити косу і давати в присипці (пів на пів із спорошкованою дубовою корою).

Там, де рана не гоїться, не ґранулює — можна вжити й правдивий мед або навіть масть із 5% білого цукру. Це поручують і лікарі в останніх кількох роках. Не утискувати рани!

НЕДОКРІВ'Я (АНЕМІЯ)

При недокрів'ї не тільки треба подбати про поживнішу тривкішу їду, але й про те, щоб тіло могло добре сприймати й висисати ту їжу своїм шлунком і кишками.

Тому в першій мірі треба збільшити силу шлункових соків. До цього подаємо три рази денно перед їжею келішок чи чайну ложечку дуже міцного відвару дягилю, свічурника, подорожника Петрів батіг, або навіть із коріння шувару, верхівель полину чи ягід ялівцю.

При самій їжі помаленьку, але все збільшуємо різні запашні додатки: петрушка, сельдерей (селери), кріп, кмин, ганус, майоранок, м'ята, а пізніш і трохи хріну, трохи червоного перцю, не забувати і про часник та про цибулю.

Одночасно треба давати в щораз більшій кількості (почати від ½ склянки, дійти до 3 склянок) щораз міцніший напар з жалкої кропиви. В їжі побільшувати кількість тривких страв, де не повинно бракувати яєць і м'яса або хоч сиру й сушеної садовини, як яблук, груш, айви.

По трьох-чотирьох тижнях треба призвичаювати недокрівного (коли він уже травить добре) і до сирих речей з городу. В першій мірі йдуть зелена салата, салата з подорожника Петрів батіг, терта морква. Пізніш починаємо давати тертий сирий часник і цибулю або сік з них. Далі даємо терту редьку і тертий корінь петрушки або й сік з них. Вкінці визначаємо один або два дні в тижні виключно сирівкові, — тоді можна їсти тільки салатки з вареної картоплі з олією, свіже городиння та квашенини з капусти, огірків, яблук, винограду, хліб і фрукти.

Коли вже недокрів'я мине (в шостім-восьмім тижні), зоставити тільки раз денно склянку легкого напару з Іванка прозірника або з деревію кривавника (тисячника). Пити наніч або зранку натщесерце.

Взагалі підчас цілої курації старатися давати якнайбільше ароматичних запашних лікувальних рослин.

Ч А С Т И Н А Т Р Е Т Я

АМБУЛЯТОРІЙНЕ ЛІКУВАННЯ

ВЧЕНИЙ І РОСЛИННЕ ЛІКУВАННЯ

Один із значних українських лікарів і патріотів, І. М. Луценко з Одеси, колись так висловився в своїх доповідях в рр. 1912 — 1914:

»Щоб дійти до таємниць природи, щоб зглибити таке чудо, як людина й її тіло, треба не гордости, а покори. Чи то не диво, що головні винаходи, що творять нам життя, як печення хліба, ткання полотна, цілющі зела, винайшли люди, яких ми, навіть, імення не знаємо? Досі було так, але горе нам, коли далі підійдемо до книги природи не з покірним серцем, а з гордістю!

Це — гордість пхає сучасних учених літати в хмарах, а не бачити того, що мають під ногами. Це — вчені вчать нас погорджувати тепер власним краєм і його скарбами. З півночі й заходу приїжджають до нас такі, що вчать сміятися і кпити з того нашого, чого самі не розуміють і, як чужинці, ніколи не зрозуміють.

Але гордість носить сама в собі кару, бо завдяки такому своєму відношенню вчені часто не спостерігають важних речей. З другого боку, як часто пиха їхня і вічні суперечки між собою віддаляють їх від життя, — і вони в яловості зістаються на боці«.

Сам Луценко, знаний із своєї кипучої діяльности, впав на чолі свого відділу в 1919 р. під Ст. Костянтиновом, але думка його зостається живою.

»Гордість університетська« — це зло ще існує і про нього варто згадати. Можливо, що тепер воно вже не таке сильне, як було перед останніми двома десятиліттями. Велика буря зі сходу викорчувала багато понять, а між ними й зарозумілість науковців. Сцепіялісти тепер більше, як колинебудь, працюють під гаслом: »Люди — для людей«.

Роки 1941 — 1942 відкривають великі можливості для українців, для всіх універсантів, а в першій черзі для українських лікарів. Те, що похиле — треба піднести. Те, що здорове, треба оборонити, і то в першій мірі ф і з и ч н е з д о р о в'я.

Тут під тягаром відповідальности лікар мусить звернутися д о в с і х засобів рятування здоров'я. Коли йому цих засобів не дала університетська авдиторія — то доведеться навчитися ще чогось понад дотеперішню університетську програму. З інших зрозумілих причин лікар повинен взяти на увагу, що підчас бльокади Европи не може для всіх, а спеціяльно цивілів, вистачити ліків.

Треба всякому універсантові, лікареві на деякий час поступитися гордістю вченого і взятися до рослинних ліків.

Нехай ніколи з очей сучасного українського лікаря не зникає така одна дуже важна прикмета рослинних ліків: їх ціна. Дорогими ліками лікар може так само зубожити ряд своїх співгромадян, як адвокат не завжди потрібним довгим процесуванням. Народна мудрість уже встигла збагатитися в прислів'я на судових сутяг, — не дай Боже, щоб вона збагатилася на такі ж приказки з приводу пускання грошей на дорогі ліки.

Свого часу — рослинне лікування дістало в згірдному тоні сказане прозвище — *medicina pauperum* (медицина вбогих). Нехай тепер — рослинне лікування прийме в нас, українців, цю назву, як почесну.

Пропаґування в якійсь околиці рослинного лікування та сполученого з ним збирання й сушення рослин — це передовсім поміч убогим у цій околиці, поміч така важна, що її не заступлять жадні інші, бо це поміч у хворобі й болях від сил власної землі.

Не тільки бажанням помогти своїм людям, але й прагнення пізнати ліпше обличчя свого краю в цілості — це говорить за пізнання рослинних ліків.

Коли збирачеві лікувальних рослин треба опанувати характер тільки своєї околиці, ученому, природникові й лікареві цього ще замало. Рослини в околиці він повинен знати так само добре, як і хворих, як і молодь, як і її економічні та здоровні умовини. Та крім того, він повинен мати свій лікарський світогляд, поширений на цілу Україну.

В ділянці пізнавання наших лікувальних рослин повинен завжди мати на увазі — т р а д и ц і ю й п і д с т а в и української рослинности.

Дослідник легко розрізнить три головні традиції лікування рослинами в европейськім півострові: середземноморську,

північно-балтійську та уральсько-фінську. Українська традиція — цілком належить до середземноморської так само, як Чорне море властиво і геологічно, і культурно є затокою Середзем'я. Лишень в околицях Чернігівщини та Білоруси зустрічається воно з уральсько-фінським. Видно це з традицій народних рецепт і порівняння з найдавнішими приписами греко-римської і французької медицини.

Окремішність рослинности ще може мало схоплена вченими, зате більше артистами-малярами. П. Холодний, напр., твердив, що по переїзді меж з чужини до України мусить брати інші відтіні для змальовування рослинности. Ціла українська земля спочиває на одному ґранітовому масиві (»українсько-чорноморська плита«), — звідти своєрідна одність рослинности, що росте в подібних умовинах земного проміньовання і відживлювання.

Врешті, лікар повинен знати також і те, що діється і в тому народі, представників якого бачить на своїй землі.

Придивімося до здоровної політики в Третій Німеччині. Там є:

а) Зміна в ліках. Тисячі фірм, які виробляли специфіки, обмежені, і то значно, в оголошуванні своїх виробів. Це для них — смертельний присуд. Обмежено оголошування і стосування півнаркотиків і наркотиків.

б) Зміна в людях. Зі складу лікарського тіла усунені чужородні первні. З другого боку, велика тридцятитисячна маса німецьких »практичних лічників« (гайльпрактікер) пересіюється і злютовується в одно офіціяльне тіло обіч лікарського.

в) Звернена увага передовсім на запобігання хвороб, на підтримування здоров'я, на реформи щоденного життя (пропаґанда сауни, запровадження »райхсброту«, державного хліба тощо).

Отже і тут бачимо зміну на глибше, і то не в напрямі універсантської, псевдовченої гордости.

СПІВПРАЦЯ З ОКОЛИЦЕЮ

На цім місці будемо говорити головно про сільських і містечкових лікарів-практиків.

Лікар, працюючи впродовж принаймні кількох літ у тій самій околиці, може дуже багато зробити не тільки тим, що помагає людині з цієї околиці. Люди не живуть завислі в по-

вітрі, їх оточення в великій мірі творить їх самих. Клімат, віджививлення, заробітки — це все те, що обумовлює собою й здоровний стан мешканців околиці.

Лікар-практик мусить знати і те, яку їжу їсть і яку воду п'є його пацієнт, як і те, що можна знайти лікувальне в місцевості, де той пацієнт перебуває.

Адже відкриття лікувальних джерел, як і джерел заробітку, дуже часто було ділом лікаря тієї околиці.

Лікар враз з агрономом можуть вказати на не одну лікувальну рослину, що могла б бути плянтована (саджена чи сіяна) в даній околиці. Справа плянтування рослини на ширшу скалю — річ не під силу для одиниць. Інша річ, коли там знайдеться якась місцева громада, кооператива, відділ садівничої школи. Тоді в зв'язку з гуртівними фірмами, знаючи попит та маючи замовлення, можна розпочинати важку справу плянтування лікувальних рослин.

На одну річ кожен лікар, оскільки має змогу, повинен звернути увагу: В часах воєн, бльокад і однонапрямової праці фабрик — завжди буде бракувати перев'язевого матеріялу: ліґніни, вати тощо. Тоді треба звернути увагу на рослину, що може той матеріял до деякої міри заступити. Це т. зв. білий або торфовий мох *(Sphagnum cuspidatum,* род. *Sphagnaceae),* багатолітня делікатна рослина, що росте переважно над озерами і в мочарах. Цей мох збирають, полощуть у воді, пресують спеціяльним гідравлічним пресом і, просушивши, крають на платівки. Ці платівки втягають, як губка, вогкість і взагалі надаються до доповнення бандажів (бинтів).

Придивлятися до т. зв. народної медицини і до найрізніших лічунів може в сто випадках не дати для українського загалу користи, але в сто першім дасть і свіжу думку, і цікаве спостереження. Візьмім хоч би історію т. зв. »болгарської курації«. Перед війною 1914—1918 рр. у Болгарії вславився якийсь селянин, що давав цілющі зела хворим на наслідки хвороби Гайне-Медіна і мав успіхи.

Суть цієї курації спочатку була незнана, взагалі виглядала вона навіть на струсову, небезпечну процедуру, — і перше, чим зареаґували тодішні лікарі, — це осудом цієї курації. Та болгарин-лічун прислужився вищим кругам Італії, і справа зміняється. Під патронатом королеви Італії повстає дослідний інститут і шпиталь »болгарської курації«. Покищо погляньмо, які повстали з цього наслідки. Ще не ввійшла ця курація до медичних підручників, але вже є поважні праці, що, писані компетентними науковцями-лікарями, подають цю

»болгарську курацію« як один із здобутків сучасної медицини.

Знайомість лікувальних рослин запровадить природника чи лікаря до ще одної ділянки, — українських рослинних фарб. Спеціяльно тепер треба над цим задуматися, — годівля таких рослин може збагатити не одну околицю. Як би не розвивались фабрики, — до артистичних виробів, килимів, вибійчаних матерій — рослинна фарба завжди буде потрібна.

Колись (як є припущення) боротьба між Києвом і мазурськими князівствами була за таку найціннішу рослинну фарбу — червень (пурпура) і зв'язані з нею Червенські городи.

Вже деякі знані лікареві лікувальні рослини одночасно дають і фарбу, — як, напр., Іванок прозірник — темножовту, цибуля — жовту, омела — зелену, дубова кора — брунатну і т. д. Лікар не одно може знайти й нове, як напр., досліджуючи сині й шафірові фарби (досі знані з зілля — синетка дволиста — *Scilla bifolia* — і з синильника — *Isatis tinctoria)*.

Вартість фарбівних рослин дуже залежить від ґрунту околиці і треба сподіватися, що деякі околиці в Україні будуть неможливі до заступлення.

Знаючи вартість лікувальних рослин і рослин взагалі, лікар тільки піднесе свою вартість, як лікаря і громадянина.

Не менш важним для лікаря-практика при лікуванні рослинами є співпраця із своєю аптекою.

СПІВПРАЦЯ З АПТЕКОЮ

Важкі для хемічного промислу часи довгої війни дуже відбиваються на праці аптеки.

Розмірене, догідне, добре облічене приготовлювання ліків стає все тяжчим. Вкінці, фармацевтові-аптекареві не зістається нічого, як випродувати залишки специфіків.

Дуже багато тут значитиме лікар. Коли він знайде ще нову дорогу до приготовлювання ліків, — він побудить тим самим і зв'язаного з ним фармацевта до дуже цікавої і різнородної праці з ділянки фармакогнозії. Та й аптека буде більш заповнена, як досі.

Пересадний »модернізм« і потяг до »найпоступовіших« хемічних ліків відіграє нераз свою ролю в аптеці. Таким фармацевтам треба пригадати, що наймодерніші препарати, власне, стоять на дуже старих традиціях. Найновіші »форапіни«, »віперіни«, »апікосани« проти ревматизму — то тільки мурашине,

бджоляне трійло або навіть гадюче трійло. Ці речі були вживані, напевне, ще за Понтійської культури, тільки в іншій формі. Нехай трохи придивляться і до всяких »гірудін« (екстракт із п'явок) чи, напр., до найновішого ліку проти псування зубів — витягу з щелепів молодих звірят (»вадуріль«), або всяких »рутанолів« — мазей з трану, чи живиці на рани. Це все речі давно знані, тільки їх достосовують в інших, більш масових формах до широкої потреби.

Власне лікар повинен помагати аптекареві зорієнтуватися в сучасності і разом з ним (не ждучи на готові ліки з далеких центрів) обговорити, що дасться зробити н а м і с ц і.

Аптека досі була звичайним »передатковим пунктом« від гуртового складу до »клієнта« і часто завмирала, коли гуртовий склад нічого не присилав. Тимчасом той »клієнт« — то жива людина, що терпить, болїє і жде швидкої допомоги.

Аптекар у своєму районі — то людина, що її шанують і, як треба, підуть їй на руку. Візьмім приклад. Маючи від одного з клієнтів свіжу кров забитої свині чи коня, від другого трохи цукру чи меду і зібравши кілька ароматичних зел, — зможе він завжди приготувати ліки для оздоровленця чи недокрівного. Таких прикладів можна подати сотні й тисячі.

Так само і в справі лікування лікувальними рослинами. Тут праця аптекаря має кілька ділянок. Назвім найголовніші з них:

а) С в і ж і с о к и. Так само, як і в домашнім лікуванні, може аптека зробити всі відживчі соки, як сік з моркви (вітаміни, провітаміни, цукор), сік чорної редьки чи артишоків (жовчогонний), сік з кавуна (сечегонний), сік із петрушки чи шпарагів (сечогонний) тощо.

Крім того, може він давати приготовані влітку важніші соки рослин, від березового соку (протиартретичний) і соку з хріну (протискорбутовий) аж до 40—50 живих рослин, що знаходяться в нашім оточенні. Може в тім взоруватися на численних інтрактах;

б) рослинні т и н к т у р и й с и р о п и вимагають більше додатків, але й їх приготовлювання дасться тепер довершити;

в) м а с т і і п л я с т р и з головним рослинним складнем найліпше приготовлювати за старими рецептами фармакогнозії і на простих оліях;

г) безпосереднього подавання рослин треба уникати, бо взагалі більшість хворих не вміє ані добре напарити, ані добре відварити рослини. Коли ж уже доводиться давати, то рослин-

ний сирівець (мішанку чи окрему рослину) треба обробити в такий спосіб:

Накропити, докладно зволожити рослинний сирівець водою ($^1/_3$—½ ваги сирівцю), аж напучнявіє, а тоді добре перетерти в ступі (найліпше не металевій), потім спресувати на папері й висушити. Такі рослини дуже добре напарюються, бо розчавлення їх у ступі відкриває клітини для діяння гарячої води. Спеціяльно важне це при насінні, корах, стеблинах, а менш важне при цвіті.

Коли є під боком велика новочасна аптека, можна з нею умовитися, щоб вона пропускала так намочений і напучнявілий сирівець через т. зв. трициліндрову машину до мастей або машину до дроблення сирівців (найліпше два рази і за другим разом — міцніше). Пилюгу, яка може при цьому повстати, — відсіяти.

А втім, і основний сирівець, і пилюга (коли є можливість при більшій аптеці чи фабриці) — дуже добре надаються до штампування готових таблет, по 2—5 грамів вагою — до одноразового запарювання.

Готові таблети, овинені в цельофан, заховані від світла й вогкости, з відповідною докладною датою і місцем зроблення, — це була б найдовершеніша форма записування пересічного рослинного сирівцю.

———о———

Понижче подані характеристики сто кільканадцяти важніших лікувальних рослин у формі якнайбільш лаконічній, що надається для лікаря-практика. Пізніш для орієнтації — ці ж рослини розміщені по групах відповідно до їх лікувальних прикмет. Вкінці доданий невеличкий латинсько-український словничок українських лікувальних рослин. Ці відомості, доповнені ще деякими засадами з фармакогнозії та ботаніки, дозволяють лікареві чи природникові на успішне лікування рослинами.

З праць, які трактують на цю тему та призначені для лікарів і природників, можна дістати багато німецьких підручників, з них згадаємо дві: великі два томи G. M a d a u s, Lehrbuch d. biolog. Heilmittel 1938 (надто дорога, ціна до 500 нім. марок) і Doz. Dr. W i l l y P e y e r, Pflanzl. Heilmittel. 1937 (недорога і надзвичайно багата на відомості й солідна книжечка); з французької літератури все вартісне, що виходить з-під пера »патріярха фітотерапії«, проф. H e n r i L e c l e r c'a. З моєї

»Фітотерапії«, модерного рецептаря-підручника для лікарів, на жаль, ані першого (1933), ані другого (1938) видання вже не можна дістати.

114 ВАЖНІШИХ РОСЛИН

(Скорочення: *Зб* = збір; *Пр* = призначення; *Вк* = вказання; *Зап* = спосіб записування).

Achillea Millefolium (Compositae)

Деревій кривавник.

Зб.: рослина в цвіті.
Пр.: на переміну матерії, стягає слизівку проти корчів.
Вк.: »весняні курації«, гемороїди кровоточиві.
Зап.: свіже зілля, як салата, сік, напар, тинктура. Компреси із свіжого листя гоять жилякуватий веред.

Acorus Calamus (Araceae)

Шувар звичайний.

Зб.: свіжий корняк.
Пр.: побудження травлення, загальне зміцнення.
Вк.: диспепсія, атонія, катари шлунку, метеоризм, скрофульоза.
Зап.: відвар, свіжий сік, тинктура.

Adonis vernalis (Ranunculaceae)

Горицвіт весняний.

Зб.: свіжа ціла надземна частина.
Пр.: сечогонна, звужує судини, сповільнює пульс, заспокоює.
Вк.: перікардітіс, ендокардітіс, при af, при кураціях відтовщення.
Зап.: зимний настій, напар, тинктура. (Кумуляція лишень по 4—6 тижнях!).

Aesculus Hippocastanum (Hippocastanaceae)

Гіркокаштан звичайний.

Зб.: кора і свіжий овоч.
Пр.: заспокоює перестальтику, стягає, складень кори — арґірина — добрий при жиляках, гемороїдах.
Вк.: хронічний катар кишок, гемороїдальні болі.
Зап.: спорошкована кора або овоч, тинктура, екстракт у супозиторіях.

Agrimonia eupatoria (Rosaceae)

Г л а д у ш н и к п р а в д и в и й.

Зб.: ціле зілля з цвітом.

Пр.: побуджує апетит, секрецію слизівки, стягає.

Вк.: при катарі слизівки, хвороби печінки.

Зап.: напар, тинктура, компреси із свіжого листя до жилякуватих вередів.

Alchemilla vulgaris (Rosaceae)

Н а в о р о т е н ь з в и ч а й н и й.

Зб.: ціле зілля.

Пр.: заспокоює перистальтику, впливає на менорагію.

Вк.: катар грубої кишки, надто часті й сильні місячки.

Зап.: напар, зовнішньо до полоскання й на рани.

Allium cepa (Liliaceae)

Ц и б у л я з в и ч а й н а.

Зб.: цибульки і листя в найбільшому розвої.

Пр.: побуджує травлення, чистить слизь, сечогонна.

Вк.: замкнення стільця, хвороби кишок, кашель і хрипота, глисти, ретенція хлорків.

Зап.: найліпше терта сира цибуля або її сік з медом — 20—25 грамів денно.

Allium sativum (Liliaceae)

Ч а с н и к з в и ч а й н и й.

Зб.: цибульки.

Пр.: обнижує тиск крови, побуджує травлення, має вітаміни А, Б і Ц, сильні сірчані сполуки, сечогонний, гальмує розвільнення.

Вк.: надтиснення, гостра бігунка, проти глистів, проти затруєння нікотиною, астма.

Зап.: зубки сирого часнику, сік, відвар, сироп, тинктура.

Althaea officinalis (Malvaceae)

М а л ь в а л і к а р с ь к а.

Зб.: головним чином коріння, але й листя та цвіт.

Пр.: заспокоює болі, запалення, лагодить, в корінні до 25% цукру і багато слизі.

Вк.: Запалення шиї й горлянки, катар дихалець, початок запалення легенів.
Зап.: напар, настій з коріння, свіже листя зовнішньо на вереди, чиряки.

Apium graveolens (Umbelliferae)

Селера звичайна.
Зб.: свіже зілля й овочі.
Пр.: першорядна сечогонна, багата на вітаміни, має ґлюкокінін.
Вк.: ревматизм і артретизм, діябет, побуджує місячку, побуджує мужеські статеві сили.
Зап.: сік свіжої рослини, напар з рослини й овочів.

Archangelica officinalis (Umbelliferae)

Дягиль аптекарський.
Зб.: коріння.
Пр.: побуджує секрецію слизівки травного й віддихового трактів.
Вк.: брак апетиту, катар шлунку, лінивство кишок, катар дихалець, анемія.
Зап.: холодний настій, корінь у порошку по 0,2—0,5 нараз кілька разів денно, салатка із свіжих пагінців.

Arctium Lappa (Compositae)

Лопух більший.
Зб.: сушене й свіже коріння.
Пр.: пото- й сечогонне, розвільнює, очищує як сарсапарілля.
Вк.: прищі й гноїння на венеричному й скрофулічному тлі, фурункули, хронічні вереди, артретизм.
Зап.: найліпше сік із свіжого коріння, бо сушене менш діє, компреси.

Arctostaphylos Uva-ursi (Ericaceae)

Мучниця лікарська.
Зб.: листя.
Пр.: сечогонна, антисептична, стягає.
Вк.: запалення сечового тракту, навіть ґнійне, опухи, мочення в ліжку, гонорея (разом з лупуліном).
Зап.: відвар, напар, спорошковане листя по 0,5 гр. 3—4 рази денно. Не давати при вагітності!

Aristolochia Clematitis (Aristolochiaceae)

Филинник звичайний.

Зб.: коріння й листя.

Пр.: приспішує гоєння ран, дає відпорність організму.

Вк.: лікування ран, особливо жилякуватого вереду гомілки.

Зап.: кількагодинний холодний настій; до компресів — відвар коріння й листя.

Arnica montana (Compositae)

Арніка гірська.

Зб.: коріння, цвіт, ціла рослина.

Пр.: зовнішньо — проти запалення і ресорбційне, внутрішньо — зміцнює працю б'ючок.

Вк.: побиття всякого роду з синцями, внутрішньо — загальне вичерпання по хворобі, навіть проти астми й коклюшу.

Зап.: напар із цвіту, відвар коріння, тинктура, внутрішньо не більш як 1—2 гр денно.

Artemisia Absinthium (Compositae)

Полин звичайний.

Зб.: свіжа й сушена рослина.

Пр.: побуджує апетит, зміцнює шлунок, поліпшує травлення, складень олійковий нищить глисти.

Вк.: брак апетиту, замкнення стільця в нервовців і недокрівців.

Зап.: напар, спорошковане зілля 0.1—0.2 кілька разів денно, тинктура, не давати при вагітності і слабих нирках.

Asparagus officinalis (Liliaceae)

Шпараґи.

Зб.: коріння й пророслі.

Пр.: дуже сечогонне.

Вк.: каміння нирок і пухиря, опухи, ревматизм, недомагання серцевого м'язу.

Зап.: свіжі пророслі, сік, відвар. Не давати при хворобах м'якишу, нирок і артретизмі.

Avena sativa (Gramineae)

Овес сійний.

Зб.: ціла рослина в цвіті.

Пр.: заспокоює і зміцнює.

Вк.: вичерпання фізичне й нервове, на відвикнення від тютюну, алькоголю.
Зап.: тинктура, купелі при ревматизмі, пораженнях, люмбаго.

Bellis perennis (Compositae)

Морон тривалий.
Зб.: цвіт і пагінці.
Пр.: заспокоює нерви й корчі, побуджує переміну матерії.
Вк.: часті й болючі місячки, болі нирок і пухиря.
Зап.: напровесні — парості, як салата. Сік, напар.

Berberis vulgaris (Berberidaceae)

Кислич звичайний.
Зб.: свіжа кора, коріння, овочі.
Пр.: жовчогонне, протигарячкове.
Вк.: жовтячка, жовчеве й ниркове каміння, туберкульоза грубих кишок.
Зап.: відвар коріння, напар з кори, тинктура, сироп з овочів.

Betula alba (Betulaceae)

Береза біла.
Зб.: листя, сік.
Пр.: сечогонна, особливо при артретичнім типі, можливо розпускає ниркове каміння.
Вк.: запалення пухиря, артретизм, старіння.
Зап.: напар з сухого листя, свіжий сік по 1/2 скл. 3—4 рази денно.

Calendula officinalis (Compositae)

Крокис лікарський, нагидка.
Зб.: цвіт.
Пр.: зовнішньо — гоїть і лагодить, внутрішньо — побуджує місячку, потогонне.
Вк.: рани, гнійні вереди, відмороження, фістули, внутрішньо — неправильні, малі місячки.
Зап.: напар, тинктура, масть, настій на оливі, гліцерині.

Cannabis sativa (Moraceae)

Конопля звичайна.
Зб.: рослина в цвіті, насіння.
Пр.: легко сечогонне, лагодить корчі, обнижує процент цукру в крови.

Вк.: хвороби нирок і пухиря, помічна при діябеті.

Зап.: »конопляне молочко« — відвар з насіння, напар з рослини.

Capsella Bursa - pastoris (Cruciferae)

Калиточник звичайний.

Зб.: рослина в цвіті.

Пр.: тамує кров, реґулює обіг крови, протиартретичне.

Вк.: кровотечі всіх родів — з носа, пухиря, грудей, шлунку, нирок, геморої́дів.

Зап.: свіжа рослина, сік або напар з висушеної рослини, яка значно слабша від свіжої. Діє, як гідрастіс, тільки менш брутально і не псує шлунку.

Carum Carvi (Umbelliferae)

Кмин польовий.

Зб.: свіжий овоч.

Пр.: побуджує травлення, виганяє вітри, побуджує творення молока.

Вк.: ослаблений шлунок дітей, метеоризм, замало корму в матерів.

Зап.: товчені свіжі овочі, напар, олія.

Chelidonium majus (Papaveraceae)

Зелемозень звичайний.

Зб.: рослина в цвіті.

Пр.: на гладкі м'язи діє, як папаверина, обнижує тиснення крови, жовчо- і сечогонна.

Вк.: хвороби печінки, болі ракові шлунку.

Зап.: тинктура, свіжий сік тільки назовні (отруйний!) до усунення бородавок, мозолів, впорски (болісні!).

Cichorium Intybus (Compositae)

Придорожник Петрів батіг.

Зб.: рослина й коріння.

Пр.: жовчогонне, побуджує слизівку травного тракту, має відживчий складень, інуліну.

Вк.: катар шлунку, жовтячка, застій печінки.

Зап.: листя, як салатка, свіжий сік, відвар коріння.

Claviceps purpurea Tulasne (Pyrenomycetes)

С п о р и н ь.

Зб.: цілий грибок (ріжки).

Пр.: впливає на всю гладку м'язівку вразу (матиці), особливо підчас вагітности, затискає судини, підносить тиск крови.

Вк.: по породі при атонічних кровотечах.

Зап.: порошок (0.3—1.0), відвар (2—4: 100); напар (2—8: 100), екстракт.

Cnicus benedictus (Compositae)

Х р е с т о в и й к о р і н ь.

Зб.: листя, коріння.

Пр.: зміцнює загально, жовчогонне, протигарячкове, діє подібно, як *Quassia amara.*

Вк.: катари кишок і шлунку, жовтячка, малярія.

Зап.: відвар, тинктура.

Colchicum autumnale (Liliaceae)

П і з н о ц в і т о с і н н і й.

Зб.: насіння й цибульки.

Пр.: отрута капілярів, жовчогонне, легко викликає кровотечу з нирок, брак сечі.

Вк.: артретизм, суглобові болі.

Зап.: тинктура, а крім того втирання в мастях і оліях.

Convallaria majalis (Liliaceae)

К о н в а л і я м а й о в а.

Зб.: рослина в цвіті.

Пр.: діє, як строфантина; сильно сечогонне, підносить тиск крови, ритмізує, кумуляція.

Вк.: аритмія, водянка, ослаблення й нервовість серцевого м'язу.

Зап.: тинктура і втирання в околицю серця.

Crataegus Oxyacantha (Rosaceae)

Г л і д з в и ч а й н и й.

Зб.: цвіт, овочі, листя.

Пр.: заспокоює нерви серця й судин, протикорчеве, зрівноважує працю симпатичного нерву і сонцевого спльоту.

Вк.: ослаблення серця, надтиск, анґіна пекторіс, до певної міри трохи заступає наперсник і ефедру.

Зап.: тинктура, напар.

Cucurbita Pepo (Cucurbitaceae)

Диня. Гарбуз.

Зб.: насіння. М'ясиво овочу.

Пр.: насіння усуває лентові глисти, м'ясиво сечогонне.

Вк.: проти теній, добрий для дітей і вагітних, плодовий м'якуш проти опухів.

Зап.: ядра насіння, як молочко або паста, — по 5—6 годинах — на прочищення. М'ясиво в великій кількості (до 3-х кг денно) в різних формах.

Cynara scolymus (Compositae)

Артишок.

Зб.: листя.

Пр.: сильно жовчогонне і сечогонне.

Вк.: запалення печінки, хвороба нирок з малою кількістю сечі.

Зап.: відвар, піґулки з екстракту.

Daucus Carota (Umbelliferae)

Морква звичайна.

Зб.: коріння.

Пр.: має вітаміни А, Б і Ц, протиглистна, лагодить подражнену слизівку травного тракту.

Вк.: брак вітамінів, дрібні глисти, запалення грубої кишки, гемороїди.

Зап.: сира, терта або свіжий сок; варена, дієтетична, компреси з свіжої на гемороїди.

Digitalis purpurea (Scrophulariaceae)

Наперсник червоний.

Зб. листя.

Пр.: поліпшення серцевої дії в систолі й діястолі, побільшення поємности пульсу і сповільнення аж до серцевого бльоку.

Вк.: недомагання серця, брак компенсації.

Зап.: напар, тинктура, порошок, екстракт. Найліпше з цілої рослини (з усіх ґлюкозидів, а не окремих ґлюкозидів).

Drosera rotundifolia (Droseraceae)

Росичка круглолиста.

Зб.: рослина в цвіті.

Пр.: заспокоює корчі, зменшує число пароксизмів в коклюші, на відкашляння.

Вк.: спазматичний кашель, коклюш, астма.
Зап.: напар, тинктура, сироп.

Ephedra vulgaris (Gnetaceae)

Ставчак звичайний.

Зб.: вся рослина (у нас рідка і тільки на південному сході України, як »калмицький чай«).
Пр.: спеціяльно протиастматична, слабший, але триваліший вплив від адреналіни.
Вк.: астма дихалець, підтиск крови, алерґії.
Зап.: настій, тинктура, екстракт.

Equisetum arvense (Equisetaceae)

Хвощ польовий.

Зб.: ціла рослина.
Пр.: має багато крем'янки, сечогонна, протикровотечна.
Вк.: хвороби нирок і пухиря, опухи, початок туберкульози легень.
Зап.: відвар, сік із свіжої рослини, порошок (1—2 грами 3—4 рази денно) в компресах проти запалення повік, на рани.

Erythraea Centaurium (Gentianaceae)

Жарка середушник.

Зб.: ціла рослина.
Пр.: гірка і стягає, зміцнює шлунок і кишки.
Вк.: ослаблення шлунку й кишок по хворобах, диспепсія, надкисленість, гемороїди.
Зап.: напар, порошок, тинктура.

Euphrasia officinalis (Scrophulariaceae)

Очанка звичайна.

Зб.: рослина в цвіті.
Пр.: добре впливає на очі й повіки.
Вк.: катари повік, надмірна праця очей, сухий катар носа й горлянки.
Зап.: зовнішньо на компреси — відвар, внутрішньо — напар.

Foeniculum vulgare Miller (Umbelliferae)

Коприй лікарський. — Кріп.

Зб.: коріння, овочі, рослина.
Пр.: корінь добре сечогонний, овочі побуджують секрецію слизівки шлунку, грубої кишки і нирок.

Вк.: недуги кишок і шлунку, головно в дітей, катар дихалець, астма, коклюш; ліпша від ганусу.

Зап.: товчені овочі в напарі й відварі, напар коріння, вода, тинктура.

Fumaria officinalis (Papaveraceae)

Д и м н и ц я з в и ч а й н а.

Зб.: рослина в цвіті.

Пр.: потогонна, впливає на секрецію шлунку, нирок і шкіри.

Вк.: хвороба печінки, хронічне замкнення стільця, екземи й скрофулічні висипки.

Зап.: настій, напар, с і к. Давати не довше, як 2—3 тижні, бо приходить шкідлива кумуляція.

Galega officinalis (Leguminosae)

К о з л я т н и к з в и ч а й н и й.

Зб.: рослина в цвіті.

Пр.: сечо- й погонна, побуджує секрецію молока, обнижує процент цукру в крові.

Вк.: цукрова хвороба, однак обіч треба давати інсуліну.

Зап.: напар, екстракт.

Gentiana lutea (Gentianaceae)

С в і ч у р н и к ж о в т и й.

Зб.: коріння.

Пр.: складень генціопікрина забиває заразки малярії, побуджує секрецію травного тракту, особливо шлунку, протигарячкова, жовчогонна.

Вк.: диспепсія, недокрів'я, ослаблення загальне організму й травлення, малярична гарячка.

Зап.: відвар, напар, настій, порошок, тинктура, екстракт.

Geum urbanum (Rosaceae)

Г р е б і н н и к з в и ч а й н и й.

Зб.: рослина в цвіті й коріння.

Пр.: ароматизує, стягає (40% танніни), протиболева, протигарячкова.

Вк.: катар шлунку й кишок з гарячкою, дисентерія, тиф черевний.

Зап.: відвар, напар; разом з корою білої верби заступає хіну в 30% — 20%.

Glechoma hederacea (Labiatae)

Котячка розхідниця.

Зб.: рослина в цвіті.

Пр.: впливає на секрецію слизівки, віддихового тракту й сечового пухиря.

Вк.: катар дихалець хронічний, астма.

Зап.: сік, напар.

Gnaphalium arenarium (Compositae)

Солом'янка піскова.

Зб.: цвіт.

Пр.: жовчогонне, зміцнює травний тракт.

Вк.: запалення жовчових доріг.

Зап.: напар із цвіту, тинктура.

Hedera Helix (Araliaceae)

Прочитан звичайний.

Зб.: листя.

Пр.: має розпускати каміння, сечо- й жовчогонна.

Вк.: скрофульоза, рахіт, ревматизм.

Зап.: настій, напар, тинктура; зовнішньо — сік на мозолі.

Herniaria glabra (Caryophyllaceae)

Кильник звичайний.

Зб.: рослина в цвіті.

Пр.: сильно сечогонна, проти корчів.

Вк.: катар сечового пухиря, гонорея, опухи.

Зап.: настій, напар, відвар; в більшій кількості шкодить (сапоніни!).

Humulus lupulus (Moraceae)

Хміль звичайний.

Зб.: шишки цвіту, лупулін.

Пр.: насонна й заспокійлива, сечогонна, гірка на зміцнення.

Вк.: надмірне статеве побудження, полюції, онанія, нічне мочення, безсонниця, корчі шлунку, атонічна диспепсія.

Зап.: напар, порошок, тинктура.

Hypericum perforatum (Hyperiecaceae)

Іванок прозірник.

Зб.: цвіт і ціла рослина.

Пр.: побуджує секрецію, проти запалення, впливає на нерви веґетативні кишкового тракту.

Вк.: нервова диспепсія, нервове запалення грубої кишки, дисменорея, рани й вереди.
Зап.: напар, сік, олія.

Iris versicolor (Iridaceae)

Косител ь.

Зб.: коріння.
Пр.: заспокійлива, проти корчів, впливає на панкреас.
Вк.: міґрена, помічна при діябеті, ішіяс.
Зап.: спорошковане коріння.

Juglans regia (Juglandaceae)

Горіх волоський.

Зб.: листя, плодова кора, овочі.
Пр.: зміцнює шлунок, протиглистова, проти недокрів'я, складень юґльона добре впливає на шкірні хвороби.
Вк.: скрофульоза, хронічні екземи особливо в дітей, фурункульоза, недокрів'я, лентові глисти.
Зап.: напар і відвар з листя, олія проти лентових глистів, купелі на зміцнення з листя.

Juniperus communis (Cupressaceae)

Ялівець звичайний.

Зб.: ягоди.
Пр.: побуджує секрецію шлунку, нирок та віддихового тракту, ягоди мають до 36% цукру.
Вк.: хвороби дихалець, пухиря, катар шлунку.
Зап.: сік з ягід, напар, сироп, — не багато, бо дражнить нирки.

Lamium album (Labiatae)

Медунка біла.

Зб.: цвіт, ціла рослина.
Пр.: впливає на місячку і обіг крови в жіночих статевих органах.
Вк.: зменшування місячки.
Зап.: сік, напар, тинктура.

Levisticum officinale Koch (Umbelliferae)

Любисток звичайний.

Зб.: коріння.
Пр.: сечо-жовчо-вітрогонна, протикорчева.
Вк.: погане травлення, хвороба нирок.
Зап.: напар.

Linum usitatissimum (Linaceae)

Л ь о н с і й н и й.

Зб.: насіння.
Пр.: побуджує рух грубої кишки, лагодить корчі, дуже легко розвільнює, проти запалень.
Вк.: катар кишок, навіть при вередах кишок, каміння нирок і жовчові, попарення.
Зап.: напар, олія, товчене насіння в відварі з молоком.

Lycopodium clavatum (Lycopodiaceae)

П'я д и ч п е л е ш н и к.

Зб.: зародники.
Пр.: протикорчева, сечогонна.
Вк.: корчі сечового пухиря, артретизм.
Зап.: напар.

Malva silvestris (Malvaceae)

С л и з л і с о в и й.

Зб.: цвіт, листя.
Пр.: слизь улегшує стілець, легко розвільнює.
Вк.: нежит горла, шлунку.
Зап.: напар, осолоджений медом, для дітей.

Marrubium vulgare (Labiatae)

Ш а н т а з в и ч а й н а.

Зб.: ціла рослина.
Пр.: розріджує флегму, побуджує апетит.
Вк.: хронічні нежити горла й дихалець, астма.
Зап.: відвар, тинктура, настій.

Matricaria Chamomilla (Compositae)

Р у м'я н е ц ь щ и р и й.

Зб.: цвіт.
Пр.: заспокійлива, протиболева, протикорчева, реґулює місячку.
Вк.: при міґрені (дуже міцний напар), невралгія нервів лиця (порошок до 3 — 4 грамів), здуття кишок, шлунку, болі й корчі дітей, як починають діставати зуби.

Melissa officinalis (Labiatae)

Р о й н и к з в и ч а й н и й.

Зб.: листя.

Пр.: легко потогонне, побуджує травлення, заспокоює нерви.

Вк.: нервовість шлунку, диспепсія, анґіна пекторіс, гістерія, зовнішньо — втирання олії проти ревматизму.

Зап.: напар, олія.

Mentha piperita (Labiatae)

М'я т а п е р ц е в а.

Зб.: листя.

Пр.: головний складень — ментоль. Анестезує нерви дотикові і частинно болеві; протиферментаційна, жовчогонна.

Вк.: атонія й болі травного тракту, рвоти, здуття, хвороби печінки й жовчевого пухиря.

Зап.: напар, олія.

Menyanthes trifoliata (Gentianaceae)

Б і б н и к т р и л и с н и к.

Зб.: листя.

Пр.: побуджує секрецію шлунку, кишок, печінки, можливо лікує воло.

Вк.: погане травлення, хвороба печінки, артретизм.

Зап.: напар, відвар, порошок, тинктура.

Nasturtium officinale R. Brown (Cruciferae)

Н а с т у р ц і я з в и ч а й н а.

Зб.: ціла рослина, але свіжа.

Пр.: сік обнижує процент цукру в крові.

Вк.: скорбут, діябет, скрофульоза.

Зап.: свіжий сік має в собі фосфор, йод, залізо — (¼ — ½ скл. денно), салатка.

Nerium Oleander (Apocynaceae)

О л е а н д е р.

Зб.: листя.

Пр.: збільшує поємність удару серця, нормалізує ритм.

Вк.: стеноза мітральна серця, старече безсилля, — не вільно при анґіні пекторіс.

Зап.: напар, тинктура, не дає кумуляції.

Nymphaea alba (Nymphaeaceae)

Умич білий.

Зб.: цвіт, корняк.

Пр.: цвіт заспокоює полову надвразливість, корняк — проти безсонниці.

Вк. статева неврастенія, безсонниця.

Зап.: напар, сироп, екстракт з коріння, тинктура.

Ocimum basilicum (Labiatae)

Васильок пахучий.

Зб.: цвіт, ціла рослина.

Пр.: зміцнює шлунок, поліпшує травлення.

Вк.: хронічне запалення шлунку, здуття й корчі шлунку.

Зап.: напар.

Oenanthe aquatica Lmk. Phellandrium Lmk. (Umbelliferae)

Омежник водяний.

Зб.: насіння.

Пр.: на відкашлювання, заспокійливе, легко сечогонне.

Вк.: задавнені нежити дихалець, навіть гнійні; коклюш, запалення легенів.

Зап.: напар, тинктура.

Ononis spinosa (Leguminosae)

Вовчак колючий.

Зб.: коріння, ціла рослина.

Пр.: сечогонна, гірка й побуджує секрецію слизівки травного тракту.

Вк.: запалення пухиря, опухи.

Зап.: відвар коріння або цілої рослини.

Petroselinum sativum Hoffmann (Umbelliferae)

Петрушка звичайна.

Зб.: коріння, овочі.

Пр.: головний складень апіоль, заспокоює й обезболює місячки, взагалі ж викликає рівномірну працю гладких м'язів кишок і пухиря.

Вк.: болісна місячка, брак місячки.

Зап.: напар, сік, сироп, екстракт, не давати при запаленні нирок.

Phaseolus vulgaris (Leguminosae)

Квасоля звичайна.

Зб.: лушпиння, овочі.
Пр.: добре сечогонне, обнижує процент цукру в крові.
Вк.: ревматизм суглобів, артретизм.
Зап.: відвар.

Picea excelsa Link. (Pinaceae)

Смерека стрімка.

Зб.: бруньки, живиця.
Пр.: ароматичний складень — терпентина розріджує флегму легень.
Вк.: хронічні запалення дихалець, навіть гнійні.
Зап.; міцний напар, сироп, — відвар до купелів.

Pimpinella Anisum (Umbelliferae)

Бедрінець ганус, ганиж.

Зб.: овочі.
Пр.: головний складень — анетоль, спочатку побуджує кишки, потім ошоломлює, побуджує молочні залози й місячкування.
Вк.: корчевий стан кишок на тлі нервовім, метеоризм, брак корму в матерів.
Зап.: відвар, порошок, тинктура, не завеликі дози!

Pimpinella magna (Umbelliferae)

Бедрінець великий.

Зб.: коріння.
Пр.: побуджує секрецію слизівок дихалець і шлунку та кишок.
Вк.: катаральна астма дихалець, катар шлунку.
Зап.: напар, тинктура.

Pinus silvestris (Pinaceae)

Сосна звичайна.

Зб.: бруньки, живиця.
Пр.: бруньки мають коло 20% живиці і коло 25% олійку, де головний складень — терпентина.
Вк.: хронічний нежит дихалець, скрофульоза, фурункульоза.
Зап.: напар, тинктура, впорски терпентини, купелі з бруньок.

Plantago lanceolata (Plantaginaceae)

Бабка ланцетувата.

Зб.: листя.

Пр.: зміцнює апетит, гальмує кровотечі, розріджує флегму, протикорчева, легко розвільнює.

Вк.: хронічна нежить.дихалець, астма, коклюш, брак стільця.

Зап.: сік, відвар, салатка.

Polygala amara (Polygalaceae)

Корешник гіркий.

Зб.: ціла рослина, коріння.

Пр.: має сапоніни, подібне до сенеґи, розріджує флегму, побуджує секрецію.

Вк.: хронічні хвороби дихалець, лініве травлення, астма.

Зап.: відвар, екстракт.

Polygonum aviculare (Polygonaceae)

Дрясен подорожник.

Зб.: ціла рослина, коріння.

Пр.: сечо-жовчогонна; корінь заступає ратанію, багато крем'янки.

Вк.: гострі хвороби кишок.

Зап.: напар, відвар.

Polygonum Bistorta (Polygonaceae)

Дрясен рачинець.

Зб.: коріння.

Пр.: головний складень — танніна (до 20%), затискає судини, стягає.

Вк.: внутрішньо — початки туберкульози кишок, зовнішньо — гемороїди, жіночі випливи.

Зап.: відвар, екстракт, порошок.

Polygonum hydropiper (Polygonaceae)

Дрясен гірчак.

Зб.: ціла рослина.

Пр.: збільшує липкість крови, протибольове.

Вк.: кровотечі при фібромах, ендометритах, дисменорея.

Зап.: екстракт, свіжий сік, порошок; висушена — дуже втрачає на лікувальній силі.

Potentilla Anserina (Rosaceae)

П е р с т а ч   г у с я т н и к.

Зб.: ціла рослина.
Пр.: стягає, проти кровотеч.
Вк.: розвільнення, дисентерія, корчі шлунку й кишок.
Зап.: відвар.

Primula officinalis Hill (Primulaceae)

П е р в е н е ц ь   л і к а р с ь к и й.

Зб.: коріння, цвіт.
Пр.: складні сапонінові розріджують флегму, легко розвільнює.
Вк.: пневмонія, запалення дихалець, зовнішньо — потовчення.
Зап.: відвар, тинктура, екстракт. Є випадки кропивниці по відварі!

Prunus spinosa (Rosaceae)

Т е р н и н а.

Зб.: цвіт, листя, ягоди.
Пр.: лагодить, легко розвільнює, сечогонна.
Вк.: болісні розвільнення на початку, болі сечового пухиря.
Зап.: напар, настій.

Pulmonaria officinalis (Borraginaceae)

Щ е м е л и н а   з в и ч а й н а.

Зб.: ціла рослина.
Пр.: розріджує флегму, мінералізує організм.
Вк.: хвороби легень і дихалець.
Зап.: відвар.

Quercus Robur (Fagaceae)

Д у б   ч е р е ш к о в и й.

Зб.: жолуді, кора молодих галузок, нарости на листях.
Пр.: головні складні — танніни — дражнять слизівку травного тракту.
Вк.: в гарячках — як складень »французької хіни« (кора дубова, корінь свічурника, рум'янець), жіночі випливи.
Зап.: настій і відвар — зовнішньо, порошок кори — внутрішньо, нарости на листках — складень в південних солодощах на отовщення.

Raphanus sativus (Cruciferae)

Редька ґородня.

Зб.: коріння.
Пр.: побуджує секрецію слизівки кишок і дихалець, а спеціяльно жовчі.
Вк.: нежитова жовтячка, холянґіт, холецистит.
Зап.: сік, терта редька, сироп. Може дуже подражнити нирки!

Rhamnus Frangula (Rhamnaceae)

Крушина звичайна.

Зб.: кора (1—2 роки мусить полежати).
Пр.: складень — антрахінон, як і в рабарбарі, — прочистливий і жовчогонний.
Вк.: замкнення стільця, застій жовчі.
Зап.: порошок, напар, відвар, настій, екстракт.

Rosa canina (Rosaceae)

Рожа польова. Шипшина.

Зб.: овочі.
Пр.: кора овочів багата на вітамін Ц, що зберігається порівнюючи тривало, легко розвільнює, сечогонна.
Вк.: хвороби нирок і пухиря, легкий нежит шлунку.
Зап.: напар, як чай, мармеляда.

Rosmarinus officinalis (Labiatae)

Розмайрин лікарський.

Зб.: цвіт, листя.
Пр.: ароматична, заспокійлива, протиздуттєва.
Вк.: погане травлення, аменорея.
Зап.: напари до купелів, олія, напар.

Rumex acetosa (Polygonaceae)

Щавій путятник.

Зб.: листя.
Пр.: сечо- і жовчогонна, багата на вітаміни.
Вк.: ліниве травлення, хвороби шкіри.
Зап.: напар, салатка. Побільшує нахил до творення каміння, погіршує артретизм.

Salix alba (Salicaceae)

В е р б а б і л а.

Зб.: кора, бруньки.
Пр.: в корі — складень саліциліна, що зміцнює й заспокоює нерви.
Вк.: настій з бруньок на безсонницю, відвар з кори проти гарячки.
Зап.: порошок, настій, відвар.

Salvia officinalis (Labiatae)

Ш а л в і я л і к а р с ь к а.

Зб.: листя.
Пр.: складень — листя — камфора, лагодить запалення слизівки, на потові залози впливає гальмівно, танніна в шалвії зміцнює загально.
Вк.: зовнішньо — до полоскань горла і при жіночих випливах, внутрішньо при пітливості й анемії і надмірі корму в матерів.
Зап.: напар, настій, відвар, тинктура.

Sambucus nigra (Caprifoliaceae)

Б у з и н а ч о р н а.

Зб.: кора, корінь, цвіт, стрижень стовбура, ягоди.
Пр.: цвіт потогонний і розвільнює, коріння й кора — дуже сечогонна.
Вк.: гарячка, грипа, суглобовий ревматизм.
Зап.: відвар, настій, напар, мармеляда з ягід.

Saponaria officinalis (Caryophyllaceae)

М и л ь н и к з в и ч а й н и й.

Зб.: корінь, ціла рослина.
Пр.: побуджує секрецію всіх залоз (сапоніни), розріджує флегму.
Вк.: скрофульоза, артретизм, сухий кашель.
Зап.: холодний настій, пізніш коротко заварити. Сапоніни дражнять слизівку шлунку!

Solidago Virgaurea D. C. (Compositae)

В о с к о б о й н а з в и ч а й н а.

Зб.: ціла рослина.
Пр.: сечогонна, можливо, що розпускає ниркове й пухиреве каміння.

Вк.: хвороби нирок, каміння ниркове, хвороби простати, артретизм.
Зап.: напар, відвар.

Spiraea ulmaria (Rosaceae)

Лабазник правдивий. Таволга.

Зб.: цвіт, листя.
Пр.: головний складень — саліцилова кислина й танніна, тому сечо- й потогонна, стягає.
Вк.: артретизм, суглобовий ревматизм.
Зап.: міцний напар.

Symphytum officinale (Borraginaceae)

Гав'яз живокіст.

Зб.: коріння.
Пр.: стягає, очищує флегму, гоїть (алянтоїна), свіжий сік дає відпорність дітям.
Вк.: вереди шлунку, запалення кишок, туберкульоза кишок, запобігання хвороб у малих дітей.
Зап.: настій з сушеного коріння на 5 — 6 годин, свіжий сік, сироп. Не подавати разом із рослинами, що мають танніну, бо це стинає слизь живокосту.

Tanacetum vulgare (Compositae)

Воротиш ранник.

Зб.: цвіт, овочі.
Пр.: Має глистовбійчі складні, може заступити сантоніну.
Вк.: проти глистів, здуття.
Зап.: напар, овочі в порошку. Не вільно давати при вагітності.

Taraxacum officinale Weber (Compositae)

Кульбаба звичайна.

Зб.: коріння, сік.
Пр.: сік побуджує жовчевий пухир до скорчу, тому жовчогонна, але механічно.
Вк.: хронічні хвороби жовчевих доріг.
Зап.: салатка, найліпше свіжий корінь в екстракті або свіжий сік, бо після сушення — малоцінна рослина.

Thymus Serpyllum (Labiatae)

Ч а б р и к   м а т е р и н к а.

Зб.: ціла рослина.

Пр.: головний складень, тимоль, глистовбивчий, розріджує флегму.

Вк.: глисто-аскариди, хронічні катари дихалець.

Зап.: напар, тинктура і стосувати впродовж тижня, коли — на глисти.

Tilia platyphyllos Scop. (Tiliaceae)

Л и п а   ш и р о к о л и с т а.

Зб.: цвіт.

Пр.: головний складень — ароматичний олійок і слизь та цукор, заспокоює, присипляє.

Вк.: нервовість, міґрена, коклюш.

Зап.: напар, купелі з напару цвіту, вугілля при здутті.

Trigonella Foenum-graecum (Leguminosae)

Б у р к у н   г р е ц ь к е   с і н о.

Зб.: насіння.

Пр.: зміцнює травлення, розріджує флегму.

Вк.: ослаблення, худість особливо в дітей; до певної міри заступає арсен, фосфор і залізо.

Tussilago Farfara (Compositae)

П і д б і л   з в и ч а й н и й.

Зб.: цвіт, ціла рослина.

Пр.: її складні, живиці й слизь, облегшують відкашлювання.

Вк.: гостре запалення дихалець.

Зап.: напар з цвіту, відвар з рослини.

Urtica dioica (Urticaceae)

К р о п и в а   в е л и к а.

Зб.: ціла рослина (листя).

Пр.: пекучість від мурашиної кислини, побуджує травлення, звужує судини, обнижує процент цукру в крові.

Вк.: розвільнення, брак апетиту, недокрів'я, кровотечі, діябет, кропивниця.

Зап.: напар, свіжий сік, салатка з верхівель.

Vaccinium Myrtillus (Ericaceae)

Чорниця.

Зб.: ягоди.
Пр.: вартісна своїми антоціяновими складнями, бактеріо-вбивча, протиферментаційна, гальмує кровотечі.
Пк.: гостре запалення кишок, вереди в роті, кровотечі з гемороїдів.
Зап.: відвар, тинктура.

Valeriana officinalis (Valerianaceae)

Одолян лікарський.

Зб.: коріння.
Пр.: обнижує напруження нерву пневмогастричного, заспокоює, сповільнює ритм серця, зміцнює скорч серцевого м'язу, глистогонна.
Вк.: надвразливість нервів, серця та судин.
Зап.: холодний настій, тинктура, порошок.

Verbascum phlomoides (Scrophulariaceae)

Дівина звичайна.

Зб.: цвіт.
Пр.: лагодить подражнені слизівки трактів віддихового й травного.
Вк.: запалення горла, дихалець, слизівки кишок.
Зап.: напар (добре перецідити через полотно!).

Viola odorata (Violaceae)

Фіялка пахуча.

Зб.: цвіт.
Пр.: розріджує флегму в дихальцях, легко сечогонна.
Вк.: легкі катари дихалець у дітей, коклюш.
Зап.: напар.

Viola tricolor (Violaceae)

Фіялка трибарвна. Братки.

Зб.: цвіти, ціла рослина.
Пр.: головний складень — метильовий саліцилян, сечогонний, дуже надається для дітей.
Вк.: артретизм із шкірною висипкою, скрофульоза.
Зап.: напар з цвіту, відвар з рослини.

Viscum album (Loranthaceae)

О м е л а б і л а.

Зб.: листя, ціла рослина (найкраща з глоду й яблуні).
Пр.: головний складень — сапоніни — обнижує тиск крови, лагідніша і триваліша від натріюм нітрозум, гальмує кровотечі.
Вк.: надтиск крови, кровотечі з легень, кишок, по породах.
Зап.: порошок, екстракт, тинктура.

Xeranthemum annuum (Compositae)

Б е з с м е р т н и к р і ч н и й.

Зб.: цвіт напіврозквітлий, рослина.
Пр.: зміцнення серцевого м'язу, піднесення тиску крови.
Вк.: недокрів'я серцевого м'язу із спадком тиску.
Зап.: напар, тинктура.

Zea Mays (Gramineae)

К у к у р у д з а. П ш е н и ч к а.

Зб.: стигмата (»волосся«).
Пр.: сечогонна, лагодить болі пухиря.
Вк.: опухи, хвороби пухиря, пісок і каміння в нирках.
Зап.: відвар, екстракт.

ГРУПИ ВАЖНІШИХ РОСЛИН

(Adstringentia. — Amara. — Analgetica. — Antiasthmatica. — Antidiabetica. — Antidyscratica. — Antidysmenorrhoica. — Antirheumatica. — Antithyreotoxicosa. — Anthelmintica. — Aromatica. — Cardiaca - Vasculosa. — Cholagoga. — Derivantia. — Diaphoretica. — Diuretica. — Emmenagoga. — Expectorantia. — Haemostatica. — Laxantia. — Narcotica. — Nervina. — Stomachica. — Tonica).

ADSTRINGENTIA

Quercus Robur.
Vaccinium Myrtillus.
Juglans regia.
Corylus avellana.
Geum urbanum.
Betula alnus.
Aesculus Hippocastanum.
Capsella Bursa - pastoris.
Achillea Millefolium.
Polygonum aviculare.
Polygonum Bistorta.
Potentilla erecta.
Lamium album.
Cornus mas.

Mespilus germanica.
Cydonia vulgaris.
Agrimonia eupatoria.
Rosa gallica.
Fragaria vesca.
Hypericum perforatum.
Vitis vinifera.
Urtica dioica.
Symphytum officinale.
Lythrum Salicaria.

AMARA

Gentiana lutea.
Gentiana centaurium.
Lichen islandicus.
Artemisia Absinthium.
Artemisia vulgaris.
Centaurea calcitrapa.
Polygala amara.
Menyanthes trifoliata.
Berberis vulgaris.
Cnicus benedictus.
Vinca minor.
Humulus lupulus.
Marrubium vulgare.
Rumex crispus.
Cichorium Intybus.
Fumaria officinalis.
Calendula officinalis.
Taraxacum officinale.

ANALGETICA

Aconitum Napellus.
Anemone Pulsatilla.
Hypericum perforatum.
Chelidonium maius.
Mentha piperita.
Menyanthes trifoliata.
Petroselinum sativum.
Matricaria Chamomilla.

ANTIASTHMATICA

Arnica montana (cave!)
Potentilla Anserina.
Chelidonium majus.
Ephedra vulgaris.
Pimpinella Anisum.
Pimpinella saxifraga.
Datura Stramonium

ANTIDIABETICA

Galega officinalis.
Vaccinium Myrtillus.
Lamium album.
Nasturtium officinale.
Avena sativa.
Allium cepa.
Phasaeolus vulgaris.
Polygonatum multiflorum.
Dietetica diabetica. (Tubera Inulae Helenii, Rad. Taraxaci off., Rad. Cichorei Int., Cynara scolymus, Manna Fraxini orni).

ANTIDYSCRATICA

Achillea Millefolium.
Allium sativum.
Betula verrucosa.
Cichorium Intybus.
Fucus vesiculosus.
Juniperus communis.

Ononis spinosa.
Pirus Malus.
Rhamnus catharticus et Frang.
Sambucus Ebulus et nigra.
Taraxacum officinale.
Equisetum arvense.
Polygonum aviculare.
Solanum Dulcamara.
Triticum repens.
Urtica urens et dioica.
Viola tricolor.
Spirea ulmaria.

ANTIDYSMENORRHOICA

Achillea Millefolium.
Artemisia vulgaris.
Matricaria Chamomilla.
Melissa officinalis.
Hypericum perforatum.
Stachys palustris.

ANTIRHEUMATICA (interna)

Salix alba.
Populus nigra.
Spirea ulmaria.
Fraxinus excelsior.

ANTITHYREOTOXICOSA

Rhizom. Graminis.
Quercus Robur.
Fucus vesiculosus (Cave!).
Allium sativum.

ANTHELMINTICA

Polystichum Filix mas.
Tanacetum vulgare.
Chenopodium anthelminticum.
Cucurbita Pepo.
Artemisia abrotanum.
Artemisia Absinthium.
Matricaria discoidea.
Allium sativum.
Thymus Serpyllum.
Juglans regia.
Daucus Carota.

AROMATICA

Pimpinella Anisum.
Anethum foeniculum.
Carum Carvi.
Anethum graveolans.
Coriandrum sativum.
Cuminum Cyminum.
Apium petroselinum.
Tropaeolum maius.
Eruca sativa.
Archangelica officinalis.
Mentha piperita.
Melissa officinalis.
Origanum vulgare.
Salvia officinalis.
Thymus vulgaris.
Heracleum Sphondylium.
Cochlearia Armoracia.
Cochlearia officinalis.

CARDIACA - VASCULOSA

Adonis vernalis.
Convallaria maialis.
Crataegus Oxyacantha.
Nerium Oleander.
Leonurus cardiaca.
Digitalis lanata.
Digitalis purpurea.
Xeranthemum annuum.
Viscum album.
Pimpinella saxifraga.

CHOLAGOGA

Cichorium Intybus.
Gentiana lutea.
Polypodium vulgare.
Rhamnus Frangula.
Taraxacum officinale.
Gnaphalium arenarium.
Arctium Lappa.
Raphanus sativus.

DERIVANTIA

Arnica montana.
Sinapis nigra.
Chelidonium majus.
Anemone nemorosa.
Bryonia dioica.
Juniperus Sabina.

DIAPHORETICA

Solanum Dulcamara.
Borrago officinalis.
Spirea Filipendula.
Sambucus nigra.
Tilia europea.
Viola tricolor.
Aconitum Napellus.
Robinia Pseudo-acacia.

DIURETICA

Petroselinum sativum.
Apium graveolans.
Asparagus officinalis.
Ruscus aculeatus.
Populus nigra.
Ononis spinosa.
Zea Mays.
Triticum repens.
Levisticum officinale.
Sambucus nigra.
Betula alba.
Arbutus Uva-ursi.
Equisetum arvense.
Phaseolus vulgaris.
Juniperus communis.
Allium cepa

EMMENAGOGA

Calendula officinalis.
Ruta graveolens (!)
Hypericum perforatum.
Artemisia Absinthium.
Apium graveolens.
Senecio Jacobea.

EXPECTORANTIA

Althaea officinalis.
Tussilago Farfara.
Cetraria islandica.
Viola odorata.
Verbascum thapsus.
Hyssopus officinalis.
Inula Helenium.
Pinus silvestris.
Primula officinalis.
Polygala amara et vulgaris.
Galeopsis grandiflora.
Malva silvestris.
Allium sativum et cepa.
Thymus vulgaris et Serpyllum.

HAEMOSTATICA

Capsella Bursa-pastoris.
Claviceps purpurea.
Polygonum hydropiper.
Urtica urens.
Achillea Millefolium.

LAXANTIA (purgantia)

Polypodium vulgare.
Linum usitatissimum.
Rosa canina.
Sambucus nigra.
Taraxacum officinale.
Glycyrrhiza glabra.
Rhamnus catharticus.
Rhamnus Frangula.
Rheum Rhaponticum.
Malva silvestris.
Convolvulus arvensis.
Bryonia dioica.

NARCOTICA

Lactuca virosa.
Papaver somniferum album.
Eschscholtzia californica.
Hyoscyamus niger.
Papaver Rhoeas.
Passiflora incarnata.
Nymphaela alba.
Atropa Belladonna.
Datura Stramonium.

NERVINA

Valeriana officinalis.
Crataegus Oxyacantha.
Tilia europaea.
Gallium verum.
Solanum nigrum.
Humulus lupulus.
Matricaria Chamomillae.
Rosmarinus officinalis.
Lavandula spica.
Melilotus officinalis.
Salix alba.
Asperula odorata.

STOMACHICA

Acorus Calamus.
Aesculus Hippocastanum.
Agrimonia eupatoria.
Archangelica officinalis.
Berberis vulgaris.
Cetraria islandica.
Juglans regia.
Marrubium vulgare.
Cnicus benedictus.
Trifolium fibrinum.

TONICA (= amara)

Trigonella Foenum-graecum.
Geum urbanum.
Vitis vinifera.

ЛАТИНСЬКО - УКРАЇНСЬКИЙ СЛОВНИЧОК РОСЛИН.

(† значить отрутну рослину)

1. *Achillea Millefolium L.*	1. Деревій кривавник
2. *Acorus Calamus L.*	2. Шувар звичайний
3. *Adonis vernalis L.* †	3. Горицвіт весняний
4. *Aesculus Hippocastanum L.*	4. Гіркокаштан звичайний
5. *Agrimonia eupatoria*	5. Гладушник правдивий
6. *Alchemilla vulgaris L.*	6. Наворотень звичайний
7. *Allium cepa L.*	7. Цибуля звичайна
8. *Allium sativum L.*	8. Часник звичайний
9. *Althaea officinalis L.*	9. Мальва лікарська
10. *Apium graveolens L.*	10. Селера звичайна
11. *Archangelica officinalis*	11. Дягиль аптекарський
12. *Arctium Lappa L.*	12. Лопух більший
13. *Arctostaphylos Uva-ursi*	13. Мучниця лікарська
14. *Aristolochia Clematitis L.*	14. Филинник звичайний
15. *Arnica montana L.*	15. Арніка гірська
16. *Artemisia Absinthium L.*	16. Полин звичайний
17. *Avena sativa L.*	17. Овес сійний
18. *Bellis perennis L.*	18. Морон тривалий
19. *Berberis vulgaris L.*	19. Кислич звичайний
20. *Betula alba L.*	20. Береза біла
21. *Calendula officinalis L.*	21. Крокис лікарський.
22. *Cannabis sativa L.*	22. Конопля звичайна
23. *Capsella Bursa-pastoris (L.)*	23. Калиточник звичайний
24. *Carum Carvi L.*	24. Кмин польовий
25. *Chelidonium majus L.* †	25. Зелемозень звичайний
26. *Cichorium Intybus L.*	26. Придорожник Петрів батіг
27. *Claviceps purpurea Tulasne* †	27. Споринь
28. *Cnicus (carduus) benedictus L.*	28. Хрестовий корінь
29. *Colchicum autumnale L.* †	29. Пізноцвіт осінній
30. *Convallaria majalis L.* †	30. Конвалія майова
31. *Crataegus Oxyacantha L.*	31. Глід звичайний
32. *Cucurbita Pepo L.*	32. Диня
33. *Cynara scolymus L.*	33. Артишок
34. *Daucus Carota L.*	34. Морква звичайна
35. *Digitalis purpurea L.* †	35. Наперсник червоний
36. *Drosera rotundifolia L.*	36. Росичка круглолиста

37. *Ephedra vulgaris* †
38. *Equisetum arvense L.*
39. *Erythraea Centaurium Persoon*
40. *Euphrasia officinalis L.*
41. *Foeniculum vulgare Miller*
42. *Fumaria officinalis L.* †
43. *Galega officinalis L.*
44. *Gentiana lutea L.*
45. *Geum urbanum L.*
46. *Glechoma hederacea L.*
47. *Glycyrrhiza glabra L.*
48. *Gnaphalium arenarium*
49. *Hedera Helix L.* †
50. *Helianthus annuus L.*
51. *Herniaria glabra L.*
52. *Humulus lupulus L.*
53. *Hypericum perforatum*
54. *Iris versicolor L.*
55. *Juglans regia L.*
56. *Juniperus communis L.*
57. *Lamium album L.*
58. *Levisticum officinale Koch*
59. *Linum usitatissimum L.*
60. *Lycopodium clavatum L.*
61. *Malva silvestris L.*
62. *Marrubium vulgare L.*
63. *Matricaria Chamomilla L.*
64. *Melissa officinalis L.*
65. *Mentha piperita L.*
66. *Menyanthes trifoliata L.*
67. *Nasturtium officinale R. Brown*
68. *Nerium Oleander L.* †
69. *Nymphaea alba L.*
70. *Ocimum basilicum L.*
71. *Oenanthe aquatica Lmk. Phellandrium Lmk.*
72. *Ononis spinosa L.*
73. *Petroselinum sativum Hoffmann*
74. *Phaseolus vulgaris L.*
75. *Picea excelsa L.*
76. *Pimpinella Anisum L.*
77. *Pimpinella magna, P. saxifraga L.*
78. *Pinus silvestris L.*
79. *Plantago lanceolata L.*
80. *Polygala amara L.*
81. *Polygonum aviculare L.*
82. *Polygonum Bistorta L.*
83. *Polygonum hydropiper L.*
84. *Potentilla Anserina L.*
85. *Primula officinalis Hill* †
86. *Prunus spinosa L.*
87. *Pulmonaria officinalis L.*

37. Ставчак звичайний
38. Хвощ польовий
39. Жарка середушник
40. Очанка звичайна
41. Копрій лікарський — Кріп
42. Димниця звичайна
43. Козлятник звичайний
44. Свічурник жовтий
45. Гребінник звичайний
46. Котячка розхідниця
47. Солодець
48. Солом'янка піскова
49. Прочитан звичайний
50. Соняшник
51. Кильник звичайний
52. Хміль звичайний
53. Іванок прозірник
54. Коситень
55. Горіх волоський
56. Ялівець звичайний
57. Медунка біла
58. Любисток звичайний
59. Льон сійний
60. П'ядич пелешник
61. Слиз лісовий
62. Шанта звичайна
63. Рум'янець щирий
64. Ройник звичайний
65. М'ята перцева
66. Бібник трилисник
67. Настурція звичайна
68. Олеандер
69. Умич білий
70. Васильок пахучий
71. Омежник водяний
72. Вовчак колючий
73. Петрушка звичайна
74. Квасоля звичайна
75. Смерека стрімка
76. Бедрінець ганиж
77. Бедрінець великий
78. Сосна звичайна
79. Бабка ланцетувата
80. Корешник гіркий
81. Дрясен подорожник
82. Дрясен рачинець
83. Дрясен гірчак
84. Перстач гусятник
85. Первенець лікарський
86. Тернина
87. Щемелина звичайна

88. *Quercus Robur L.*
89. *Raphanus sativus*
90. *Rhamnus Frangula L.*
91. *Rosa canina L.*
92. *Rosmarinus officinalis L.*
93. *Rumex acetosa L.*
94. *Salix alba*
95. *Salvia officinalis L.*
96. *Sambucus nigra L.*
97. *Solidago Virgaurea D. C.*
98. *Spiraea ulmaria L.*
99. *Symphytum offcinale L.*
100. *Tanacetum vulgare L.*
101. *Taraxacum officinale Weber*
102. *Thymus Serpyllum L.*
103. *Tilia platyphyllos Scop.*
104. *Trigonella Foenum-graecum L.*
105. *Tussilago Farfara L.*
106. *Urtica dioica, U. urens L.*
107. *Vaccinium Myrtillus L.*
108. *Valeriana officinalis L.*
109. *Verbascum phlomoides L. V. tapsus*
110. *Viola odorata L.*
111. *Viola tricolor L.*
112. *Viscum album L.*
113. *Vitis vinifera L.*
114. *Xeranthemum annuum*
115. *Zea Mays L.*

88. Дуб черешковий
89. Редька городня
90. Крушина звичайна
91. Рожа польова. Шипшина
92. Розмайрин лікарський
93. Щавій путятник
94. Верба біла
95. Шалвія лікарська
96. Бузина чорна
97. Воскобойна звичайна
98. Таволга. Лабазник правдивий
99. Гав'яз живокіст
100. Воротиш ранник
101. Кульбаба звичайна
102. Чабрик материнка
103. Липа широколиста
104. Буркун грецьке сіно
105. Підбіл звичайний
106. Кропива велика
107. Чорниця
108. Одолян лікарський
109. Дівина звичайна
110. Фіялка пахуча
111. Фіялка трибарвна
112. Омела біла
113. Виноград
114. Безсмертник річний.
115. **Кукурудза. Пшеничка**

УКРАЇНСЬКО-ЛАТИНСЬКИЙ СЛОВНИЧОК РОСЛИН.

(† значить отрутну рослину)

1. Арніка гірська
2. Артишок
3. Бабка ланцетувата
4. Бедрінець великий
5. Бедрінець ганус
6. Безсмертник
7. Береза біла
8. Бібник трилисник
9. Буркун грецьке сіно
10. Васильок пахучий
11. Верба біла
12. Виноград
13. Вовчак колючий
14. Воротиш ранник
15. Воскобойна звичайна
16. Гав'яз живокіст
17. Гарбуз, диня
18. Гіркокаштан звичайний
19. Гладушник правдивий
20. Глід звичайний
21. Горицвіт весняний †
22. Горіх волоський
23. Гребінник звичайний
24. Деревій кривавник
25. Димниця †
26. Дівина †
27. Дрясен гірчак
28. Дрясен подорожник
29. Дрясен рачинець
30. Дуб черешковий
31. Дягиль аптекарський
32. Жарка середушник
33. Зелемозень †
34. Іванок прозірник
35. Калиточник
36. Квасоля звичайна

1. *Arnica montana L.*
2. *Cynara scolymus L.*
3. *Plantago lanceolata L.*
4. *Pimpinella magna L.*
5. *Pimpinella Anisum L.*
6. *Xeranthemum annuum*
7. *Betula alba L.*
8. *Menyanthes trifoliata L.*
9. *Trigonella Foenum-graecum*
10. *Ocimum basilicum L.*
11. *Salix alba*
12. *Vitis vinifera L.*
13. *Anonis spinosa L.*
14. *Tanacetum vulgare L.*
15. *Solidago Virgaurea D. C.*
16. *Symphytum officinale L.*
17. *Cucurbita Pepo L.*
18. *Aesculus Hippocastanum L.*
19. *Agrimonia eupatoria*
20. *Crataegus Oxyacantha L.*
21. *Adonis vernalis L.*
22. *Juglans regia L.*
23. *Geum urbanum L.*
24. *Achillea Millefolium*
25. *Fumaria officinalis L.*
26. *Verbascum phlomoides L.*
27. *Polygonum hydropiper L.*
28. *Polygonum aviculare L.*
29. *Polygonum Bistorta L.*
30. *Quercus Robur L.*
31. *Archangelica officinalis*
32. *Erythraea Centaurium*
33. *Chelidonium majus L.*
34. *Hypericum perforatum L.*
35. *Capsella Bursa-pastoris L.*
36. *Phaseolus vulgaris L.*

37.	Кильник звичайний	37.	*Herniaria glabra L.*
38.	Кислич звичайний	38.	*Berberis vulgaris L.*
39.	Кмин	39.	*Carum Carvi L.*
40.	Козлятник звичайний	40.	*Galega officinalis L.*
41.	Конвалія майова †	41.	*Convallaria majalis L.*
42.	Конопля звичайна	42.	*Cannabis sativa L.*
43.	Копрій лікарський	43.	*Foeniculum vulgare Miller*
44.	Корешник гіркий	44.	*Polygala amara L.*
45.	Коситель	45.	*Iris versicolor L.*
46.	Котячка розхідниця	46.	*Glechoma hederacea L.*
47.	Крокис лікарський	47.	*Calendula officinalis L.*
48.	Кропива велика	48.	*Urtica dioica, urt. urens L.*
49.	Крушина звичайна	49.	*Rhamnus Frangula L.*
50.	Крушина терниста	50.	*Rhamnus cathartieus L.*
51.	Кукурудза	51.	*Zea Mays L.*
52.	Кульбаба звичайна	52.	*Taraxacum officinale Weber*
53.	Лабазник правдивий	53.	*Spiraea ulmaria L.*
54.	Липа широколиста	54.	*Tilia plathyphyllos Scop.*
55.	Лопух більший	55.	*Arctium Lappa L.*
56.	Любисток звичайний	56.	*Levisticum officinale Koch.*
57.	Льон сійний	57.	*Linum usitatissimum L.*
58.	Мальва лікарська	58.	*Althaea officinalis L.*
59.	Медунка біла	59.	*Lamium album L.*
60.	Морква звичайна	60.	*Daucus Carota L.*
61.	Морон тривалий	61.	*Bellis perennis L.*
62.	Мучниця лікарська	62.	*Arctostaphylos Uva-ursi*
63.	М'ята перцева	63.	*Mentha piperita L.*
64.	Наворотень звичайний	64.	*Alchemilla vulgaris L.*
65.	Наперсник червоний †	65.	*Digitalis purpurea L.*
66.	Настурція звичайна	66.	*Nasturtium officinale Brown.*
67.	Овес сійний	67.	*Avena sativa L.*
68.	Одолян	68.	*Valeriana officinalis L.*
69.	Олеандер †	69.	*Nerium Oleander L.*
70.	Омела біла	70.	*Viscum album L.*
71.	Омежник водяний	71.	*Oenanthe aquatica L.*
72.	Очанка звичайна	72.	*Euphrasia officinalis L.*
73.	Первенець лікарський †	73.	*Primula officinalis L.*
74.	Перстач гусятник	74.	*Potentilla Anserina L.*
75.	Петрушка звичайна	75.	*Petroselinum sativum Hoffmann*
76.	Підбіл звичайний	76.	*Tussilago Farfara*
77.	Пізноціт осінній †	77.	*Colchicum autumnale*
78.	Полун звичайний	78.	*Artemisia Absinthium L.*
79.	Придорожник Петрів батіг	79.	*Cichorium Intybus L.*
80.	Пізноцвіт осінний †	80.	*Hedera Helix L.*
81.	Редька городня	81.	*Raphanus sativus*
82.	Рожа польова	82.	*Rosa canina L.*
83.	Розмайрин лікарський	83.	*Rosmarinus officinalis L.*
84.	Ройник звичайний	84.	*Melissa officinalis L.*
85.	Росичка круглолиста	85.	*Drosera rotundifolia L.*
86.	Рум'янець щирий	86.	*Matricaria Chamomilla L.*
87.	Свічурник жовтий	87.	*Gentiana lutea L.*
88.	Селера звичайна	88.	*Apium graveolens L.*
89.	Слиз лісовий	89.	*Malva silvestris L.*
90.	Смерека стрімка	90.	*Picea excelsa L.*

91. Солодець	91. *Glycyrrhiza glabra L.*
92. Солом'янка піскова	92. *Gnaphalium arenarium L.*
93. Соняшник	93. *Helianthus annuus L.*
94. Сосна звичайна	94. *Pinus silvestris L.*
95. Споринь †	95. *Claviceps purpurea Tulasne*
96. Ставчак звичайний †	96. *Ephedra vulgaris L.*
97. Таволга, лабазник правдивий	97. *Spiraea ulmaria L.*
98. Тернина	98. *Prunus spinosa L.*
99. Хміль звичайний	99. *Humulus lupuls L.*
100. Хвощ польовий	100. *Equisetum arvense L.*
101. Хрестовий корінь	101. *Cnicus (carduus) benedictus L.*
102. Умич білий	102. *Nymphaea alba L.*
103. Филипник звичайний	103. *Aristolochia Clematitis L.*
104. Фіялка пахуча	104. *Viola odorata L.*
105. Фіялка трибарвна	105. *Viola tricolor L.*
106. Цибуля звичайна	106. *Allium cepa L.*
107. Чабрик материнка	107. *Thymus Serpyllum L.*
108. Чабрик городній	108. *Thymus vulgaris L.*
109. Часник звичайний	109. *Allium sativum L.*
110. Чорниця	110. *Vaccinium Myrtillus L.*
111. Шалвія лікарська	111. *Salvia officinalis L.*
112. Шанта звичайна	112. *Marrubium vulgare L.*
113. Шувар звичайний	113. *Acorus Calamus L.*
114. Щавій путятник	114. *Rumex acetosa L.*
115. Щемелина звичайна	115. *Pulmonaria officinalis L.*
116. Ялівець звичайний	116. *Juniperus communis L.*

(Українська номенклятура — на підставі праці проф. М. Мельника: »Українська номенклятура висших рослин«, Львів, 1922).

СПИС ПРАЦЬ АВТОРА

1. PHYTOTHERAPIA. Підручник для лікарів. Варшава, 1933.
2. SYMPHYTUM ASPERUM LEP в відживленню дітей (відбитка). Варшава, 1935.
3. Фітотерапія в деяких хворобах переміни матерії (відбитка). Варшава, 1935.
4. Лікування рослинними середниками. Варшава, 1934.
5. Вереди в старшім віці, тяжкі до гоєння. Варшава, 1935.
6. Лікування хронічних хворіб зелами. Варшава, 1935.
7. Рослини в лікуванні. Варшава, 1935.
8. Історія зелолічництва. Варшава, 1935.
9. Значіння рослинних ліків у лікуванню діябету. Варшава, 1936.
10. Фітотерапія хворіб органів травлення (монографія). Варшава, 1936.
11. Рослини проти полової безсилости. Варшава, 1936.
12. Цілющі рослини в давній і сучасній медицині. Львів, 1937.
13. Лічничі рослини в давній і сучасній українській медицині. Львів, 1937.

ЗМІСТ